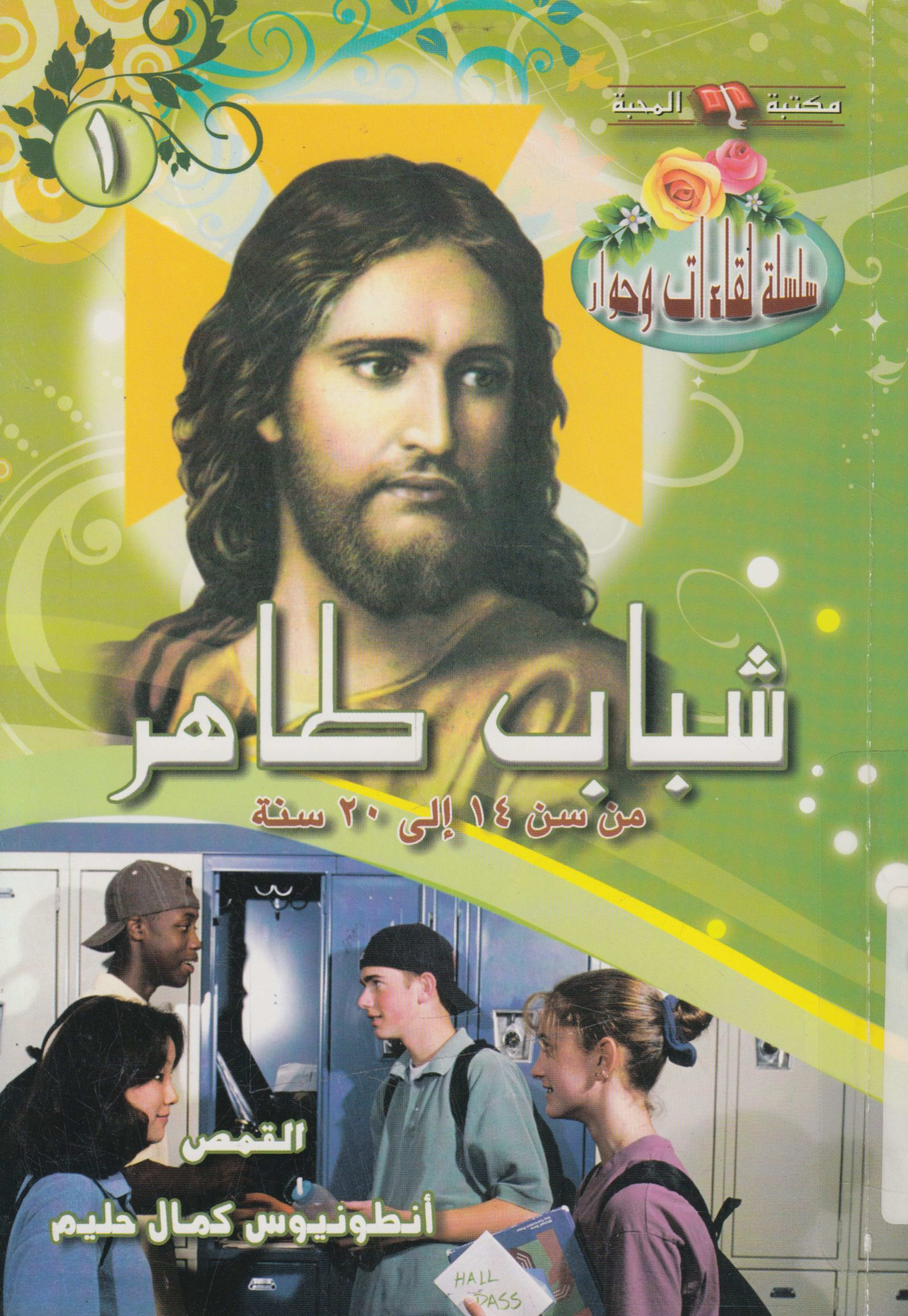

مكتبة المحبة
١
سلسلة لقاءات وحوار
شباب طاهر
من سن ١٤ إلى ٢٠ سنة
القمص
أنطونيوس كمال حليم
HALL
PASS


١
سلسلة لقاءات وحوار
شباب طاهر
من سن ١٤ إلى ٢٠ سنة
القمص
انطونيوس كمال حليم
HALL PASS

اسم الكتاب : شباب طاهر

تأليـــــف : القمص أنطونيوس كمال حليم

الناشـــــر : مكتبة المحبة بشبرا

تليفون : ٢٥٧٥٩٢٤٤ (٢٠٢) فاكس : ٢٥٧٧٧٤٤٨(٢٠٢)

E-mail: mahabba5@hotmail.com

جمع وتصميم الغلاف : شركة فاين للطباعة وفصل الألوان

تليفون : ٢٤٨٢٤١١٣ - ٢٤٨٢٠٩٠٣ (٢٠٢)

E-mail: finestaff@fineprint86.com

المطبعـــــة : مطابع النوبـــار

رقم الإيداع بدار الكتب : ١٥٧٠٨ / ٢٠٠٩

الترقيم الدولى : 977 - 12 - 0957 - 4



صاحب القداسة والغبطة

البابا شنوده الثالث

بابا الإسكندرية وبطريرك الكرازة المرقسية



يتميز الشباب فى طور المراهقة المبكرة والمتأخرة بالقلق والرغبة فى المعرفة والحوار، كما تبدأ العاطفة الدينية عندهم فى الظهور، وكذلك العاطفة نحو الجنس الآخر. ويكون القلب منفتحاً والجسم ملئ بالطاقة والحيوية والنشاط. فهى إذن من أكثر فترات العمر خصوبة وإبداعاً، وذلك إذا تم توجيهها ولم ينظر إليها فقط على أنها فترة تمرد وعصيان، أو فترة تعرض للانحراف والخطأ.

وهذه الحوارات مع الشباب تركز على الجوانب الإيجابية التى تدفعهم للأمام، وتحميهم من الخطأ. وهى تحثهم على ضبط النفس وتوجيه الطاقة للخير. فإن كتب لها النجاح فإنه يرجى منها أن تكون سهماً يوجه هذه الطاقات الشابة لخدمة النفس والأسرة والمجتمع والكنيسة والوطن، بل والبشرية جمعاء. وبهذا يكون الجهد الذى بذل فى إعدادها وتجربتها سبب مسرة للعاملين فيها يعوضهم عن أى مشقات أو صعوبات واجهتهم.

وبعد فإننا نقدم هذا الكتاب لآبائنا المرشدين والمسئولين فى كنيستنا الحبيبه. وإخواتنا الخدام، وأصدقائنا الشباب. ونحن نرجو منهم مزيداً من التفاعل والآراء البناءة التى نحتاج إليها بلا شك أكثر ما نحتاج.

القمص

أنطونيوس كمال حليم

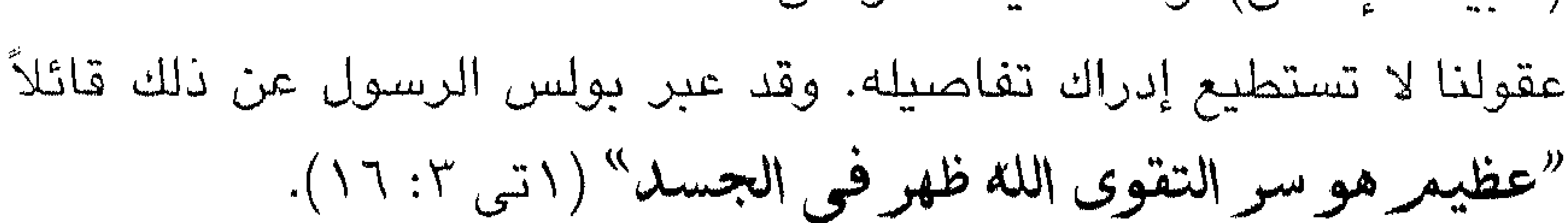


سر التجسد

تمهيد : ما معنى التجسد؟

التجسد معناه أن الله غير المنظور قد صار منظوراً، "**فالكلمة صار جسداً وحل بيننا**" (يو ١: ١٤). ويقول يوحنا الحبيب "**الذى سمعناه الذى رأيناه بعيوننا الذى شاهدنا ولمسته أيدينا هذا نخبركم به**" (يو ١: ١).

التجسد هو أن الله اتحد بجسد مثلنا وصار إنساناً وحل بيننا. إذاً فى المسيح اتحد اللاهوت (طبيعة الله) بالناسوت (طبيعة الإنسان)، وقد أسميناه سراً لأن عقولنا لا تستطيع إدراك تفاصيله. وقد عبر بولس الرسول عن ذلك قائلاً "**عظيم هو سر التقوى الله ظهر فى الجسد**" (١تى ٣: ١٦).



كان التجسد إذن وسيلة للإعلان عن الله كصاحب مبادرة لإقامة شركة مع الإنسان. التجسد هو الحلول والحضور، ويمكننا أن ندرك ذلك حينما نقارن بين صورة حلول الله فى الخيمة وبين تعبيرات الملاك للعذراء حينما بشرها بالميلاد العجيب.... فى خيمة الإجتماع ظهرت السحابة تظلل المكان، وهى تعرف «بالشاكيناه» وتعنى بالعبرية الحلول والحضور ونفس التعبيرات استخدمها الملاك "**الروح القدس يحل عليك وقوة العى تظللك فلذلك**

أيضاً القدوس المولود منك يدعى ابن الله" (لو ١ : ٣٥). والشاكيناه تفسر تعبير القديس يوحنا الحبيب (والكلمة صار جسداً **وحل** بيننا) (وسكن بيننا)... وكلمة صار لا تعنى هنا الصيرورة أو التحول بل هى تعنى حرفياً (أخذ جسداً) لأن الله أزلى لا يتغير ولا يتحول بل هو ثابت.

أولاً: لماذا تجسد الله؟

لأسباب كثيرة منها:

(١) ليجدد طبيعة الإنسان

ماهو العلاج لفتاة تناولت طعاماً فاسداً؟

إن النصائح والتوجيهات من الكبار لن تعيدها سليمة مرة أخرى، ولا ندمها واعترافها بغلطتها كافياً وحده لعلاجها.

إنها تحتاج إلى دواء يدخل إلى جسمها من الداخل ليقضى على السموم التى نفذت إليها. وبالتالى يعيد تجديد نشاطها وحيويتها.

هكذا فعل الله بالإنسان الذى أكل الثمرة التى تمثل العصيان ومخالفة وصية الله. لقد فسدت طبيعته وبالتالى احتاج لإعادة تجديده.

ومن الذى يجدد الإنسان إلا خالقه؟! لهذا كما يدخل الدواء إلى جسم المريض حين يحقن به، هكذا اتحد اللاهوت الذى هو طبيعة الله بالناسوت الذى هو طبيعة الإنسان حتى ما يشفيه من مرضه المميت الذى هو الخطية.

(٢) ليعرفنا حب الله

إن الله روح لذلك لا يستطيع الإنسان أن يراه، وبالتالى أن يدرك حبه الكبير ولذلك فإنه يعجز عن الدخول معه فى ود وعشرة.

لهذا تم التجسد، لقد تنازل الله وصار إنساناً يتعامل معنا عن قرب. فرأينا حنانه ورحمته حين يتعامل مع الناس. يجول يصنع خيراً، ويشفى المرضى، ويتحنن على الأرملة التى مات وحيدها، ويتعامل مع الخطاة بشفقة، ويدعو الأطفال إليه ويحضنهم.

وهكذا عرفنا حبه فأحببناه. بهذا المعنى يقول معلمنا يوحنا فى إنجيله "**الله لم يره أحد قط. الإبن الوحيد الذى فى حضن الآب هو خبر**" (يو ١: ١٨).

(٣) ليعلمنا السلوك المثالى

الكثير من المهارات لا يستطيع الإنسان أن يتعلمها من مدربه نظرياً.

إضرب أمثله لبعض المهارات التى تتطلب التدريب العملى من المدرب...

هكذا الفضائل الروحية كانت تحتاج من الله أن يعلمنا إياها عملياً، لهذا تجسد وصار إنساناً مثلنا. فعلمنا التواضع حين ولد فى مذود، وعلمنا الخدمة حين شفى المرضى، وعلمنا الصلاة حين كان يختلى فى الجبل، وعلمنا التسامح حين غفر لصالبيه.

لهذا يقول "**تعلموا منى لأنى وديع ومتواضع القلب فتجدوا راحة لنفوسكم**" (متى ١١: ٢٩)

(٤) ليقدم لنا الفداء:

فقد أتى ليحمل خطايانا وأثامنا، ويقدم ذاته ذبيحة مقبولة عن خلاص جنس البشر.

ثانياً: أسئلة وأجوبة حول التجسد:

١ – هل كان المسيح موجوداً قبل أن يولد من العذراء؟

نعم فهو كإله كائن منذ الأزل، أى أنه لم يكن لوجوده بداية، ولكنه كان فى طبيعته اللاهوتية روح تملأ كل مكان دون أن يكون له جسد مثلنا. والدليل على ذلك أن المسيح يقول "**قبل أن يكون إبراهيم أنا كائن**" (يو ٨: ٥٨)

٢– هل كان يملأ كل مكان أيضاً وهو فى بطن العذراء؟ وكيف؟

نعم كان يملأ كل مكان، فبالرغم من إتحا لاهوته بناسوته، فإن هذا الناسوت لا يستطيع أن يحد لاهوته المنتشر وغير المحدود.

مثال ذلك الوردة: ورق الوردة يمثل الناسوت ورائحتها تمثل اللاهوت. فورق الوردة يحوى رائحتها العطرة، ولكن هل يعنى ذلك إنه يحد إنتشار هذه الرائحة فى كل مكان؟

مثال آخر اللمبة الكهربائية: فالغلاف الزجاجى يمثل الناسوت والضوء داخله يمثل اللاهوت، ولكن هل هذا الغلاف يحد الضوء من الإنتشار فى كل الغرفة.

٣– كيف إتحد اللاهوت بالناسوت؟

كما تتحد النار بالفحمة السوداء لتصير جمرة حمراء مشتعلة.

فالنار لإنها من طبيعة غير ملموسة فإنها تمثل اللاهوت. إنما قطعة الفحم السوداء لإنها ملموسة ومحدود فإنها تمثل الناسوت، فكما أن الجمرة

المشتعلة هى نتيجة إتحاد النار بقطعة الفحم، هكذا أيضاً فى المسيح إتحد اللاهوت بالناسوت.

٤- هل كان معروفاً أمر ميلاده من قبل؟

منذ أن سقط آدم، وعده الله بالمخلص. وظلت البشرية تنتظره. وهناك العديد من الأنبياء تنبأوا بذلك، منهم أشعياء النبى الذى قال **"ها العذراء تحبل وتلد ابناً وتدعو اسمه عمانوئيل"** (أش ٧: ١٤)



الحب = القوة X الضعف

س: ألا يتعارض التجسد مع عظمة الله؟

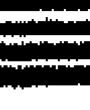
جـ: بالعكس إن عظمة الله تدعوه إلى التجسد. فالعظمة التى تقصدها هى عظمة الترفع والتعالى واحتقار الآخرين، أما العظمة التى أقصدها هى عظمة الحب التى تدفع صاحبها لاجتياز الصعاب للوصول إلى محبوبه. لا يهمه أن يظهر أمام من لا يفهم فى صورة ضعف. لأنه يظهر فى عيون محبيه فى ملء القوة. ألا ترى معى أن الأمر ليس هو فقط عقيدة يقتنع بها العقل بقدر ماهو مفهوم يغير الذهن ويجدد سلوكنا نحو بعضنا البعض؟

الجراثيم هل تصيب الدواء؟

س: كيف يتسنى لله القدوس أن يسير على الأرض التى لوثها الإنسان بخطيته؟

جـ: وهل يضير الشمس أن تشرق بأشعتها على أكوام من القمامة؟ أيهما أكثر تأثيراً على الآخر؟ أليست الأرض هى خليقة الله التى شهد بأنها حسنة، وما الخطية إلا شىء دخيل على طبيعة الإنسان، من أجله جاء خالقا التى يداويه منها؟ لا تتردد مذعوراً فى الإقتراب من الله خوفاً من طرده لك، وكأنه يخاف على بره من خطاياك الكثيرة، فأمام المذود تعلمنا أنه هو ببره جدد طبيعتنا حين أشبهنا فى كل شىء ما خلا الخطية. بل جدد الهواء حين تنفسه، والماء حين شربه، والتراب حين سار عليه.

أيخاف المريض لئلا تلوث جراثيمه الدواء الذى يتناوله؟!



لابد من جهاز الراديو

س : الله غير المحدود.. ما الذى يدفعه أن يتجسد فى صورة إنسان محدود؟

جـ : وهل هناك طريقة أخرى نستطيع أن نستمع بها إلى موجات الإذاعة المنتشرة فى كل الجو سوى جهاز صغير موضوع على منضدة، ولكنه ينقل إلينا هذه الموجات بصورة تفهمها أذاننا؟ هل يعنى هذا أن الجو قد خلا من الموجات لأننا حشرناها كلها داخل هذا الصندوق؟! بل أن هناك ما عمله الله للوصول إلى الإنسان، وتؤمن بهذا العمل كل الأديان، مع أنه من الممكن أن ينطبق عليه نفس السؤال. ألم يرسل الله كلامه للإنسان بلغة وألفاظ وحروف؟ هل لله لغة؟ أم أنها رغبة منه أن يصل للإنسان بحسب مداركه الصغيرة، وبطريقة يفهمها؟ وهل يعنى هذا أن جلدتّى هذا الكتاب تحدان فكر الله الواسع غير المحدود؟

من الضرورى أن تتلاقى بالله، أى يتلاقى المحدود بغير المحدود، فهل من الأفضل أن تعلن بغرور كاذب أنك قادر على وصولك إليه، أم تعترف باتضاع بقبولك لوصوله هو إليك؟!

هل للمصاب أن يعتذر فقط؟

س: لماذا يكون تجسد الله هو الوسيلة الوحيدة لخلاص الإنسان؟ ألم تكن التوبة كافية؟

جـ: وهل يكفي اعتذار الذى أصيب بحالة تسمم لشفائه؟ قد يكون الاعتذار مهدئاً لغضب أبيه الذى أوصاه بألا يأكل الطعام الملوث، ولكنه لن يفيد بشيء الإبن المصاب. أن المشكلة لم تكن فى الله الثائر لكرامته المجروحة بسبب مخالفة الإنسان له، بقدر ما كانت فى الإنسان صاحب الطبيعة الضعيفة، لقد احتاج من يعيد إليه طبيعته الأصلية. ومن الذى يستطيع ذلك إلا إقنوم الإبن، عقل الله، الذى فيه إرتسم الإنسان كما ينبغى أن يكون، حتى قبل أن يخلق؟ إبتهج لقد ورثت الإنسان الجديد، آدم الثانى، بعيونه ولسانه وفكره ومشاعره فى ولادتك الثانية بالمعمودية. وتزيد ميراثك لمعاناً باتحادك الدائم به ولا سيما فى سر التناول بعد أن تعلن توبتك رغبتك فى عدم العودة للخطية. توبتك إذاً هامة ولكن بدون ما عمله المسيح لك لا تنال بها خلاصاً.

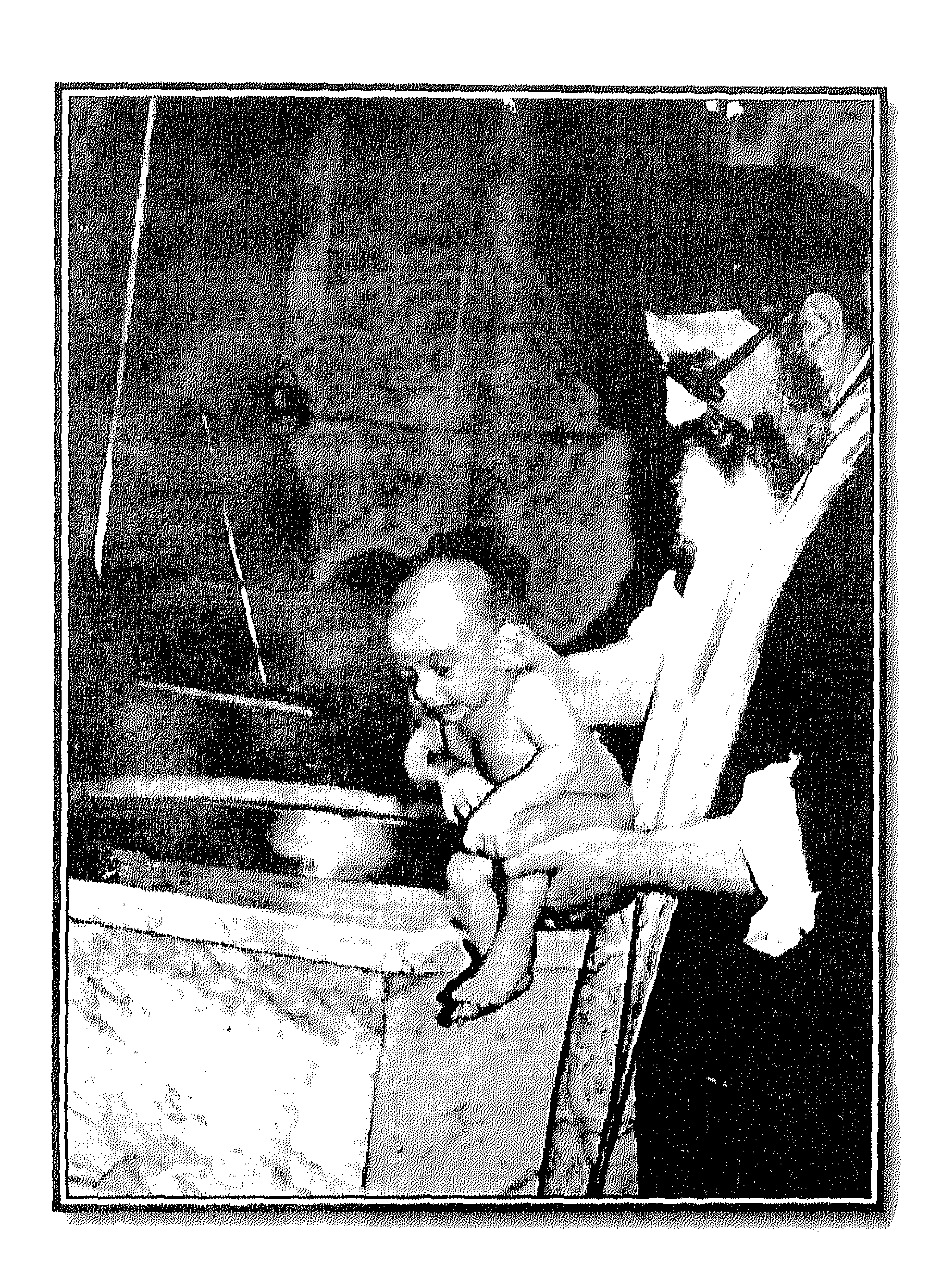


خاتمة

أكتب صلاة تشكر المسيح فيها على تجسده



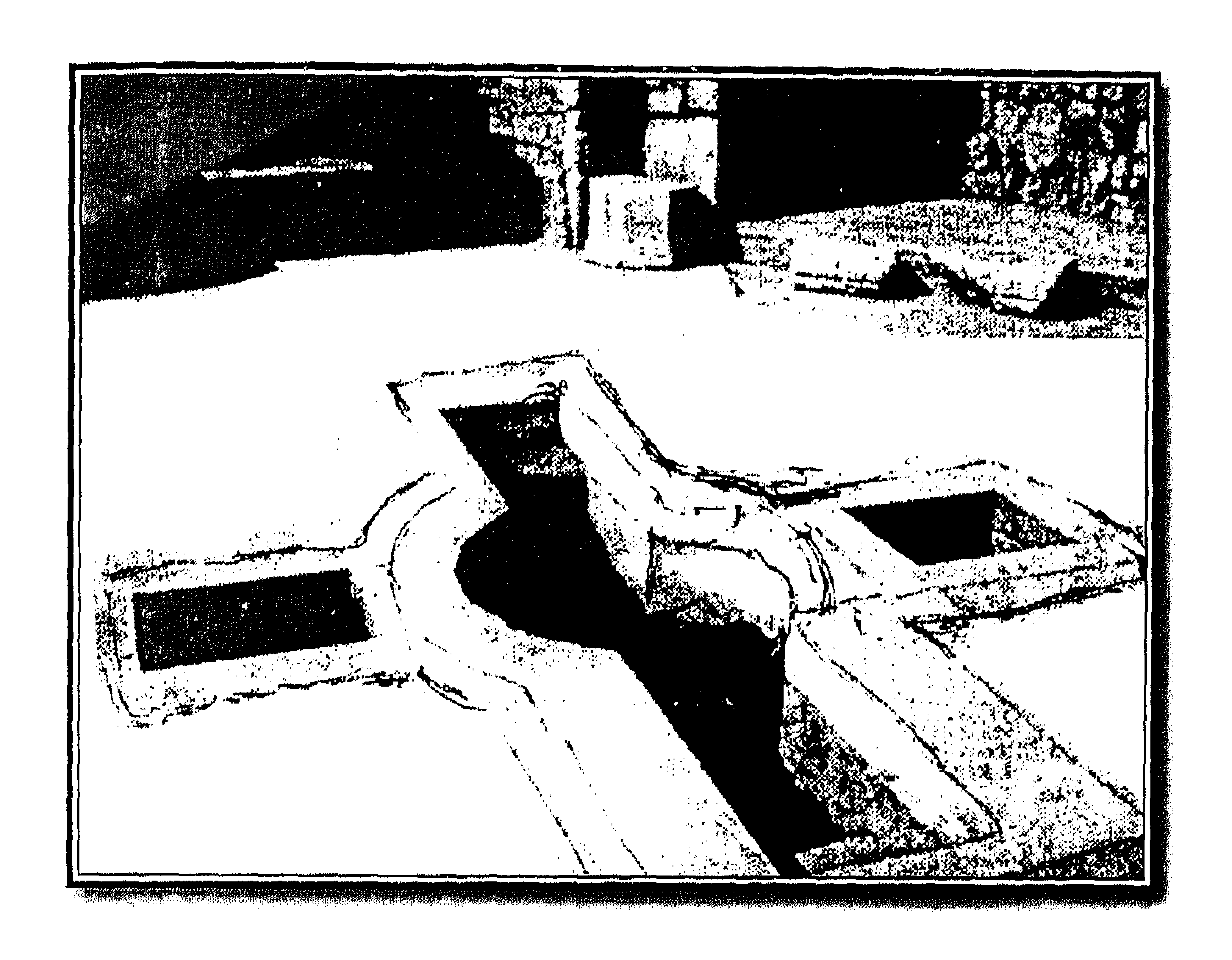
المعمودية أكثر من مجرد طقس



تمهيد:

تتبع دور الماء أو الروح فى رموز المعمودية فى الكتاب المقدس.

الحدث	معناه	العماد
- روح الله يرف على وجه المياه	الأرض خربة وخاوية	بدايـــــة حيـاة جديدة
- فلك نوح تحيط به مياه الطوفان وحمامة تحمل غصن الزيتون (الزيت)	الشر والموت يبدان الأرض	بـداية جديـــدة للحياة
- موسى يعبر بالشعب البحر الأحمر وعمود النار أمامهم (الروح)	خلاص الشعب من عهد العبودية	نجاة من فرعون (الشيطان)
يشوع يعبر نهر الأردن	الدخول إلى كنعان	أرض جديـــــدة ومملكة
- إيليا النبى يسكب ماء على الذبيحـــة فتنزل ناراً لتأكلها.	الماء والــروح (النار) يقدس الذبيحة	نقـدم حياتـــنا كذبيحة مقدسة
- إيليا يشـــــق الأردن ويصعد.	أليشـع يطلـب نصـيب اثنين من روحه.	الروح يعطينا أن نسير فى طريق الله.
- نعمان السريانــــــى يطهر بالاغتسال.	يزول عنه البرص	المعمــــودية تطهيــــر من الخطية



مقدمة:

أنظر هذه الصورة لمعمودية أثرية.

لاحظ أن المعمودية كانت تبنى على شكل صليب.

كان المعمدين ينزلون إلى الماء ليلة عيد القيامة، يحتفلون بدفنهم مع المسيح وقيامتهم معه، بعد أن صاموا معه أربعين يوماً، وجحدوا معه الشيطان كما فعل يسوع فى البرية.

والآن جعلت الكنيسة العماد فى نهاية الأربعين يوماً للصوم المقدس وليس ليلة عيد القيامة نظراً لكثرة الطقوس والاحتفالات فى هذا اليوم المجيد.

أولاً: ألقاب المعمودية

إليك بعض ألقاب المعمودية فى العمود الأيمن والآيات الدالة على ذلك فى العمود الأيسر.

يقوم التلاميذ باستخراج الآيات. ويقوم الدارس بتغيير أماكن الآيات وتوصيل العمودين.

ختان	١كو ٦: ١١
غسل	١ بط ٣: ٢١
ولادة جديدة (الميلاد الثانى)	يو ٣: ٥ ١بط ١: ٢٣
صلب مع المسيح	رو ٦: ٣
موت ودفن وقيامة مع المسيح	رو ٦: ٣- ٥
مسحة	١ يو
صبغة	٢ فى ٢: ١٩، رؤ ٧: ٣
ختم	٢ كو ١: ٢٢
عربون	٢ ملا ٣: ٢٦
لباس	١كو ١٢: ١٣
عطية وموهبة	أع ٢: ٤١
إنتماء وعضوية للكنيسة	

ثانياً: طقس المعمودية

أن عناصر الطقس القبطى تدل بوضوح على المفاهيم الروحية التى يتميز بها هذا السر العظيم.

كتابة أسماء المعمدين فى كتاب يسمى سفر الحياة.

الرشم بالزيت: كان المصارعون يدهنون أجسادهم قبل المباراة، والمعمودية حرب ضد قوات الشر، والزيت أيضاً رمز للفرح وهو رمز الروح القدس.

خلع الملابس: ترمز لخلع الإنسان العتيق.

الإتجاه للشرق: يرمز للعودة للمسيح.

جحد الشيطان: نهاية العهد مع الخطية وإشارة لإخراج الطبيعة القديمة من الإنسان.

الإعتراف بالإيمان: هو أساس المعمودية.

التغطيس: دفن مع المسيح.

التغطيس ٣ مرات: باسم الثالوث القدوس

اسم جديد للمعمد: رمز للحياة الجديدة

ملابس بيضاء: رمز [illegible] ساء بالنعمة والطبيعة الجديدة.

وضع اليد: أع ١٩: ١- ٧ ليحل الروح القدس.

الميرون: جُعل الزيت بدل وضع اليد رمزاً لمواهب الروح.

النور: يمسك المعمد بشمعة رمز للإستنارة.

الإدخال إلى الكنيسة: يزف المعمد داخلاً إلى الحظيرة.

زفة المتعمد: فى عيد القيامة خلف المسيح المقام.

قصة كتابية:

نعمان السريانى يطهر من برصه باغتساله فى نهر الأردن.



«كان نعمان، رئيس جيش ملك أرام، رجلاً عظيماً عند سيده، مكرماً لديه وكان عنده برص. وإن قوم أرام خرجوا غازين فسبوا من أرض إسرائيل فتاه صغيرة، فكانت بين يدى زوجة نعمان. فقالت لمولاتها: «ياليت مولاى حضر أمام النبى الذى فى السامرة، فإنه كان يبرئه من برصه». فجاء نعمان وحكى لسيده وقال: «كذا وكذا قالت الفتاة الصغيرة التى من أرض إسرائيل» فقال ملك أرام: «انطلق ذاهباً، وأنا أرسل كتاباً إلى ملك إسرائيل».

فانطلق وأخذ معه كتاباً إلى ملك إسرائيل يقول فيه: «عند ورود كتابى هذا إليك، موجهاً مع نعمان عبدى، تبرئه من برصه» فلما قرأ ملك إسرائيل الكتاب، شق ثيابه وقال: «ألعلى أنا إله حتى أميت وأحى، حتى أرسل إلىَّ هذا أن أبرئ رجلاً من برصه؟» فلما سمع إليشع رجل الله بعث إلى الملك قائلاً: «لماذا مزقت ثيابك؟ ليأتى وليعلم أن فى إسرائيل نبياً». فأقبل نعمان بخيله ومراكبه، ووقف

على باب بيت أليشع رسولاً يقول له: «أمض وأغتسل فى الأردن سبع مرات، فيعود إليك لحمك وتطهر». فاستشاط نعمان غيظاً ومضى وهو يقول: «كنت أحسب أنه يخرج ويقف، ويدعو باسم الرب إلهه، ويردد يده فوق الموضع ويبرئ الأبرص. أليس «أبانة وفرفر» نهرا دمشق خيراً من جميع مياه إسرائيل؟ أفلا أغتسل فيهما وأطهر؟ وأنصرف راجعاً وهو مغضب. فتقدم إليه عبيده وخاطبوه وقالوا: «يا أبانا، لو خاطبك النبى بأمر عظيم، أما كنت تفعله؟ فكيف بالحرى وقد قال لك: أغتسل وأطهر؟ فنزل وانغمس فى الأردن سبع مرات، كما قال رجل الله، فعاد لحمه كلحم صبى صغير وطهر» (١مل ١٥: ١٤).

حول: ماهو دور الإيمان فى المعمودية؟

ثالثاً: فعالية المعمودية؟

استخرج الآيات الدالة على كل نقطة؟

١- **البنوية:** تعطينا المعمودية أن نكون أبناء الله (غلا ٣: ٢٦، ٢٧) وبهذا لا نكون مولودين من جسد أو من رجل بل من الله.

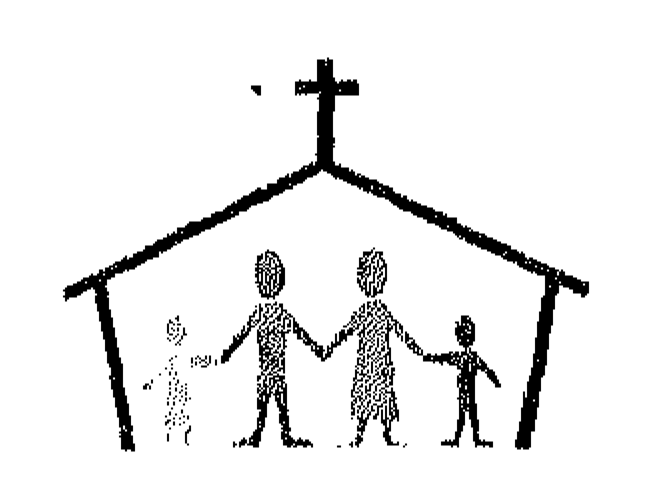
٢- **الاستنارة:** عب ٣: ٧ فهى تفتح القلب بالإيمان، كما حدث للمولود أعمى عندما اغتسل، وكبولس عندما سقطت القشور من عينيه.

٣- **الطبيعة الجديدة:** فتصير إنساناً جديداً.

٤- **يحيى المؤمن فى المسيح:** (غلا ٣: ٢٦، رو ٦: ١١، كو ٢: ١٠).

٥- **تجديد الروح القدس:** (تى٣: ٥، ٢كو ١: ٢١، ٢٢)

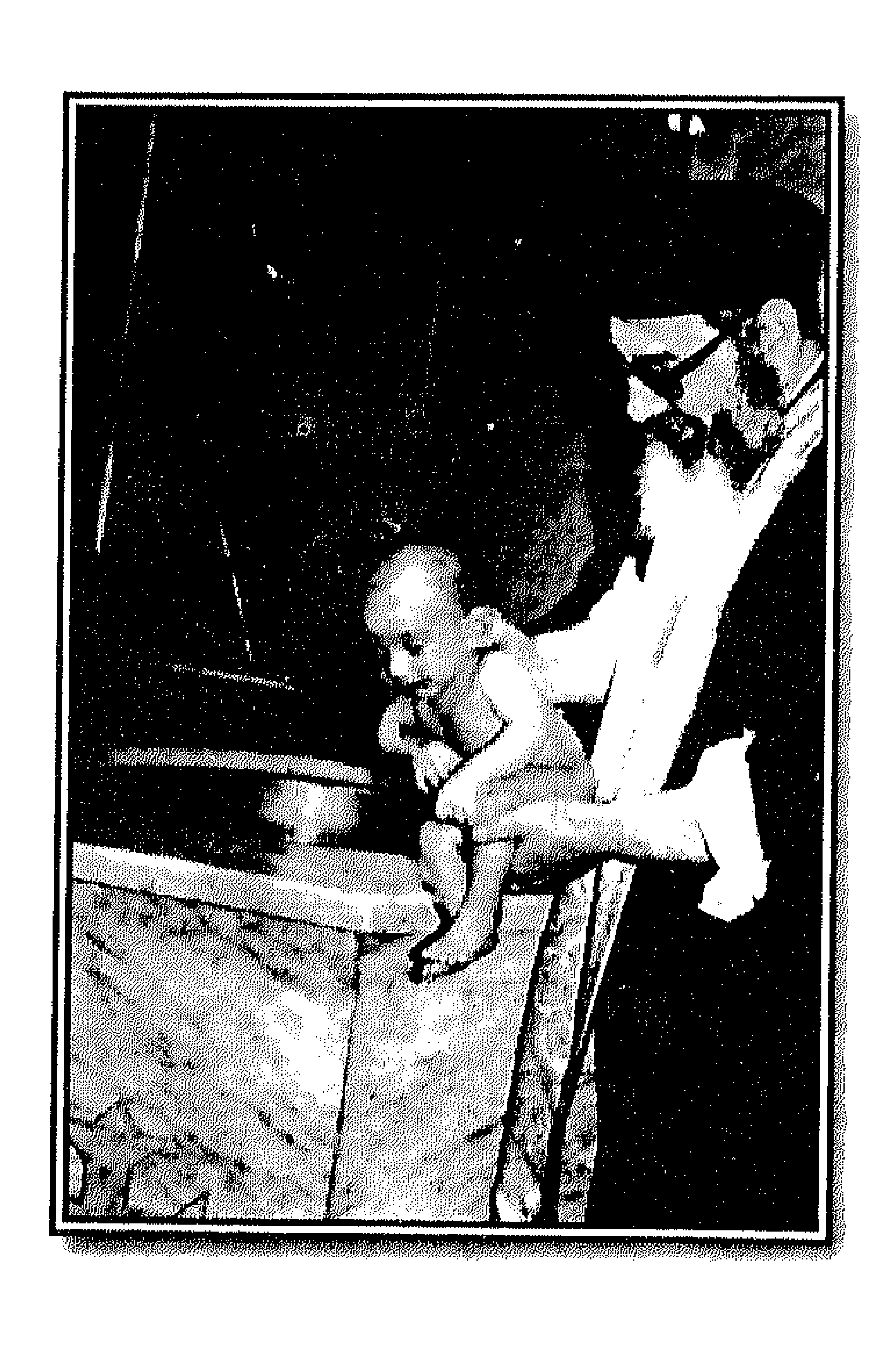
٦- **غفران الخطايا:** (أع ٢: ٣٨)



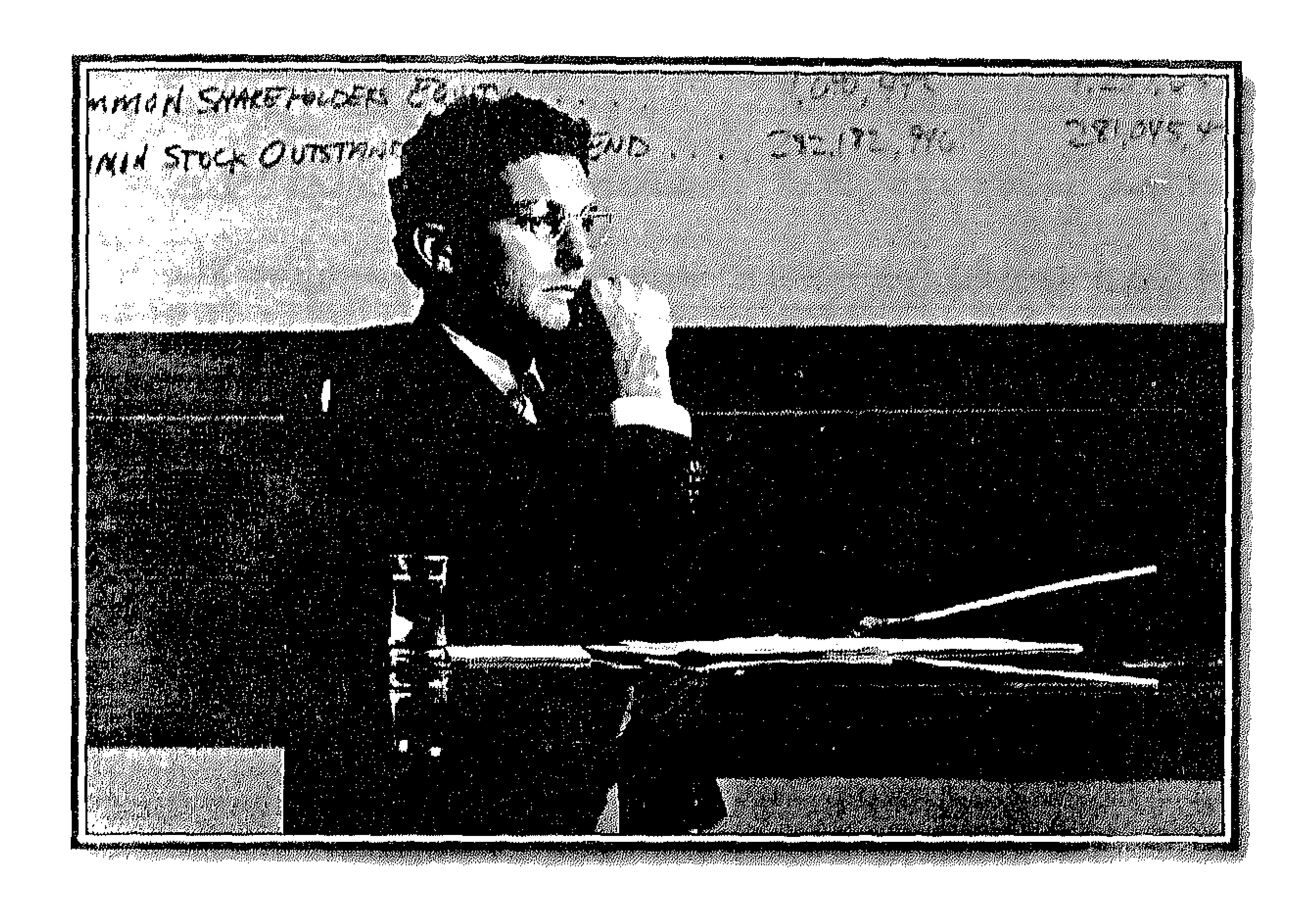
٧- أعضاء فى ا كنيسة: (أف ٤ : ٤- ٦) رب واحد وإيمان واحد. معمودية واحدة تجعلنا جسداً واحداً وروحاً واحداً مع الكنيسة.

خاتمة:

❖ **عد إلى صلوات المعمودية وخاصة جحد الشيطان، وأكتب صلاة بها تطبيق على حياتك فى شكل عهد مقدس مع المسيح بالإيمان، تذكر أنك معمد وأنك ابن للمسيح وهيكل للروح القدس فى كل مرة تحاربك الخطية.**







تمهيد:

القلق والتوتر جزء من الحياة اليومية لكل الناس، فإنه شيء طبيعي أن يكون هناك توتراً أو قلقاً. فمن الصعب ألا تقلق ولكن:

على أي شيء تقلق؟

وإلى أي حد تقلق؟

هذان السؤالان الهامان اللذان تسألهما لنفسك.

- هل تقلق لأجل أهداف عليا توليك الظفر بتحقيقها؟ أم تقلق لأسباب غير موجودة أو افتراضية؟

- **إلى أى حد تقلق؟** هل يدفعك القلق إلى الأمام أم إلى الخلف؟ هل تساعدك نسبة قليلةمن القلق على التقدم؟ أم يبتلعك الخوف والعجز والإرهاق التام؟

« فاديه لا تكفى»



تعمل فاديه كثيراً من الأشياء فى أوقات قليلة، فهى متعبة جداً، على كاهلها كثير من المسئوليات.

فإن «فاديه» فتاة فى الثامنة عشر من عمرها، فهى لا تعرف كيف ترتب يومها حيث تكثر به المشاغل.

فى الصباح تذهب إلى المدرسة، وتعود سريعاً حتى تجد أمامها مشاغل المنزل وتحضير الطعام لأفراد الأسرة، وبعد ذلك ترى طلبات والدها ووالدتها الذين لا يشعرون بما هى عليه من ألم وتعب.

وأيضاً فلها ثلاثة من الإخوان الصغار، فهم كل ما عليهم فى الحياة هو أن يأكلوا ويشربوا ويهدموا لفادية كل شىء تقوم ببناءه وترتيبه فى البيت، مع كثير من الطلبات الصادرة منهم، والتى تأخذ شكل الأوامر لفاديه، التى يلزم عليها أن تلبى لهم أوامرهم وهى مرغمة!!

وفى نهاية اليوم تنظر فادية إلى نفسها فلا تجد بداخلها أي طاقة حتى

تنظر إلى المذاكرة، ولكنها تلقى بنفسها على الفراش وتغمض عيناها فلا تشعر بنفسها، حتى تجد الشمس قد أشرقت من نافذة حجرتها مبشرة ببداية يوم جديد، ولكنها تبشر لفاديه ببداية رحلتها اليومية الشاقة المتعبة.

فبدأت الحياة تبدو لها كأنها سلسلة من العمل المتواصل بدون متعة أو جدوى أو راحة.

كانت فاديه منهكة تلهث، ولكنها لا تستطيع أن تتوقف، وكانت تشعر أن كل شىء حولها لا يكفى:

فالمال لا يكفى، والوقت لا يكفى، والجهد لا يكفى، **وفاديه لا تكفى!**

أولاً: ماذا يحدث داخلى؟

أنواع القلق وأسبابه:

القلق نوعان: إيجابى وسلبى.

أ- القلق الإيجابى:

فى بعض الأحيان يتطلب الأمر وجود نسبة معقولة من القلق، وسنرى الآن بعض فوائد القلق الصحى.

١ - القلق بحث عن دواء:

فكما أن آلام الأسنان تفيد الإنسان الذى يهمل العناية بها وتدفعه إلى مزيد من الاهتمام، فإن القلق هو نوع من التوتر النفسى، يقول عنه أحد علماء النفس:

«حين يحدث تفككاً أو قهراً لأحد عناصر الشخصية فإن القلق يعتبر إنذار مبكر بعدم التوازن، ودافع للإنسان لإحداث التناغم والوحدة، أى الصحة النفسية».

فالقلق إذاً محاولة لاستعادة ما فقد أو كبت أو أهمل. فيحدث القلق لشخص أهمل القيم الروحية، فيحاول أن يبحث عن الطريق الروحى السليم. وأيضاً يحدث القلق لشخص فقد كيانه الشخصى، فيجعله يحاول أن يجد كيانه ليصبح شخصية ناجحة وهكذا...

٢- القلق بحث عن المعنى:

فالإنسان كائن متناهى لكنه لا يرضى بعدمه فهو مهدد بالفناء فى أى لحظة وهذا بسبب قلقه بطريقة لا شعورية. فدقات الساعة تقلقه، وخوف الموت الأبدى يطارده، وهذا ما يسمى أحياناً بالقلق الوجودى، الذى يدفعنى للبحث عن الذات وتحقيقها ثم تجاوزها للوصول إلى الآخرين، ومن خلالهم، ومن خلال نفسى، للآخر الأعظم... الله.

وعن هذا النوع من القلق يقول «غالندو دونير»:

- المهم فى حياتك كإنسان أن تظل متعطشاً دائماً وتحس بأنك جائع أبداً، فالاكتفاء هو موت الشخصية.
- يعيش حقاً من يعيش مهمته، من يحقق ذاته الحقه، من يطابق عمله مع كيانه، أما من يخون دعوته الشخصية فيحيا حياة باطلة بل فاسدة.

وأخيراً لنا أن نعلم جيداً أن القلق الإيجابى يدفع الإنسان إلى مزيد من الاحتمال والقوة وبالتالى للنمو والنضوج أكثر مما تفعل حياة خاملة بلا صراعات.

٣- القلق والرغبة فى التقدم:

يقول رولوماى Rolo May «إن الناس الأكثر ذكاءاً يكونون أكثر ميلاً للقلق ولكنهم فى الوقت نفسه يكون لهم القدرة على التحكم فى القلق واستخدامه لخلق أشياء جديدة».

القلق قد يكون مرادفاً للطموح والشوق والتقدم والسعى نحو الهدف. والحياة من أجل هدف هى حياة تستحق أن تحياها.

يقول «غالندو دونير»:

- حياتك ليس لك يد فيها، فعليك إذاً أن تسعى جاهداً لتجعلها ناجحة غاية النجاح خوف أن تذهب هدراً كالماء فى الرمال.
- لن ينوب أحد عنك فى مهمتك كإنسان وبدونك لن يعمل شىء فيك.

ب ـ القلق السلبى:

يعرف بأنه «شعور قوى بالانزعاج والتوتر والتشتت وعدم الاستراحة، والاجهاد يؤثر على النفس والعقل والجسم لأسباب غير محددة تماماً».

أما أصل كلمة القلق فى اليونانية Angion فتعنى الضيق والحصر. كأن المرء سوف يختنق من نقص الهواء.

ثانياً: لماذا أنا مضطرب؟

أسباب القلق عند الناس؟

الأسباب اللاهوتية والنفسية والاجتماعية.

دراسة كتابية:

يذكر الكتاب بعض أسباب القلق فى هذه الآيات:

(مت ٦: ٢٥) يوصينا هنا السيد المسيح له المجد ألا نهتم بالمأكل والمشرب والملبس، فإنه يستطيع أن يوفر لنا كل هذه الأشياء فليس لنا أن نقلق بشأنها بل نكرس اهتماماً لما هو أسمى من ذلك.

راجع الكتاب المقدس (مت ١٠: ٩، لو ١٠: ٣٨- ٤٢، ١كو ٧: ٣٢- ٣٤).

١- أسباب لاهوتية:

إن النظرة الكتابية للقلق السلبى أنه بسبب الخطية، ولكن أى خطية بالذات؟ لا تجد إجابة مباشرة. ولكننا نعرف أن الجميع أخطأوا لبعدهم عن الله.

أن المسيحية جاءت لتصالح الإنسان مع نفسه ومع الآخرين وبالتالى مع الله، وتعلمه أن يطلب ملكوت الله وبره وحينئذ فإن كل الأشياء تزاد له (مت ٦: ٣٣).

٢- أسباب داخلية (نفسية):

أ- صراع الرغبات:

يرى فرويد أن القلق ينشأ من صراع الرغبات اللاشعورية المحرمة مع الضمير، فللإنسان دوافع دفينة تتحرك ولكن قيمه تمنعه من تلبيتها فيقع فى الصراع، وأيضاً الاحتياجات غير المشبعة تلح على الإنسان حتى يشبعها ولو جزئياً وإلا تنتج قلقاً.

ب- خوف الإنفصال:

أما أوتو رانك Otto Rank فيرى أن الخوف من الانفصال هو سبب القلق منذ الولادة حتي الموت. وقد شبه المريض بالقلق بالفنان الذى يأتى بالجديد فى صورته ولكنه لا يجرؤ على الخروج عن المألوف ويخاف من مواجهة الناس فيفشل ويشعر بالقلق.

فنحن نريد أن نتقدم ولكن خوف الانفصال يشدنا إلى الخلف فنقع فى التوتر.

جـ. الأفكار الخاطئة:

إن الكثير من مخاوفنا ناشىء عن توقعاتنا المتشائمة، مثل قولى:

- لو حدث ما أخاف منه فلن أحتمله، وهذا فكر خاطئ يؤدى إلى القلق لأن بعض الأشياء تحدث مثل الأحراج أو الإفلاس، ولكننا نستطيع أن نتحملها ولو بصعوبة.

٣- أسباب خارجية (اجتماعية):

التهديدات والأخطار:

مادية: مثل الحرب والمرض والجريمة والكوارث.

معنوية: مثل الخوف على فقد المكانة أمام الناس.

ضغط المجتمع:



يقول داڤيد ألكيند David Alkind أن المجتمع يفرض على الطفل ما يجب أن يكون عليه، فيحيا الإنسان تحت ضغوط المجتمع وليس حياته الحقيقية، وهذا هو السبب الأعظم فى القلق.

إننا نقبل الأدوار والأنماط التى تفرض علينا، لا التى نحب أن نعملها.

ثالثاً: علاج القلق:



علاج خاطئ:

يلجأ البعض لعلاج القلق باضافة خطأ جديد، فمنهم من ينكر وجود المشكلة أو يبررها، ومنهم من يلوم الآخرين، ومنهم من يلجأ إلى التدخين أو الكحوليات أو العمل المتواصل.

إن كل هذه المسكنات تضر صاحب المشكلة، وتقدم له راحة مؤقتة مصحوبة بزيادة مستوى القلق.

العلاج السليم للقلق

وفيما يلى نقدم الحلول السليمة نفسياً وروحياً:

١ – استرح قليلاً:

هناك مبدأ يقول أنه يلزم وجود فترات راحة تتخلل العمل، ونقول استرح (قليلاً) لأن البعض يحيون فى راحة زائة بلا هدف. إن مثل هذه الراحة الزائفة تنشئ قلقاً لضياع الهدف وفقدان المعنى من الحياة، وهى تسبب الإحساس بالفراغ الداخلى القاتل.

وعلى النقيض فعدم الراحة يحول الإنسان إلى آلة تنتج وتستهلك بدون توقف فهذا مرفوض مهما كان العمل نفسه مقبولاً.

أمثلة:

❖ حين ترك داود الحرب وجلس ليسترح فوق السطح سقط فى خطيئة شنيعة مفاجئة (٢ صم ١١ : ٢).

❖ وحين أجهد إيليا نفسه سقط فى اليأس وترك موضع القيادة ليهرب لأجل نفسه رغم أنه كان على قمة النصر الروحى (١مل ١٩: ٤، ١٤).

أما الموقف السليم فهو قول السيد المسيح لتلاميذه بعد عناء الخدمة **"فقال لهم تعالوا أنتم منفردين إلى موضع خلاء وأستريحوا قليلاً"** (مر ١٦: ٣١).

إن الخدمة الشاقة، التى تتخللها الراحة تنشئ سعادة مزدوجة: سعادة الإنجاز وسعادة الاكتفاء.

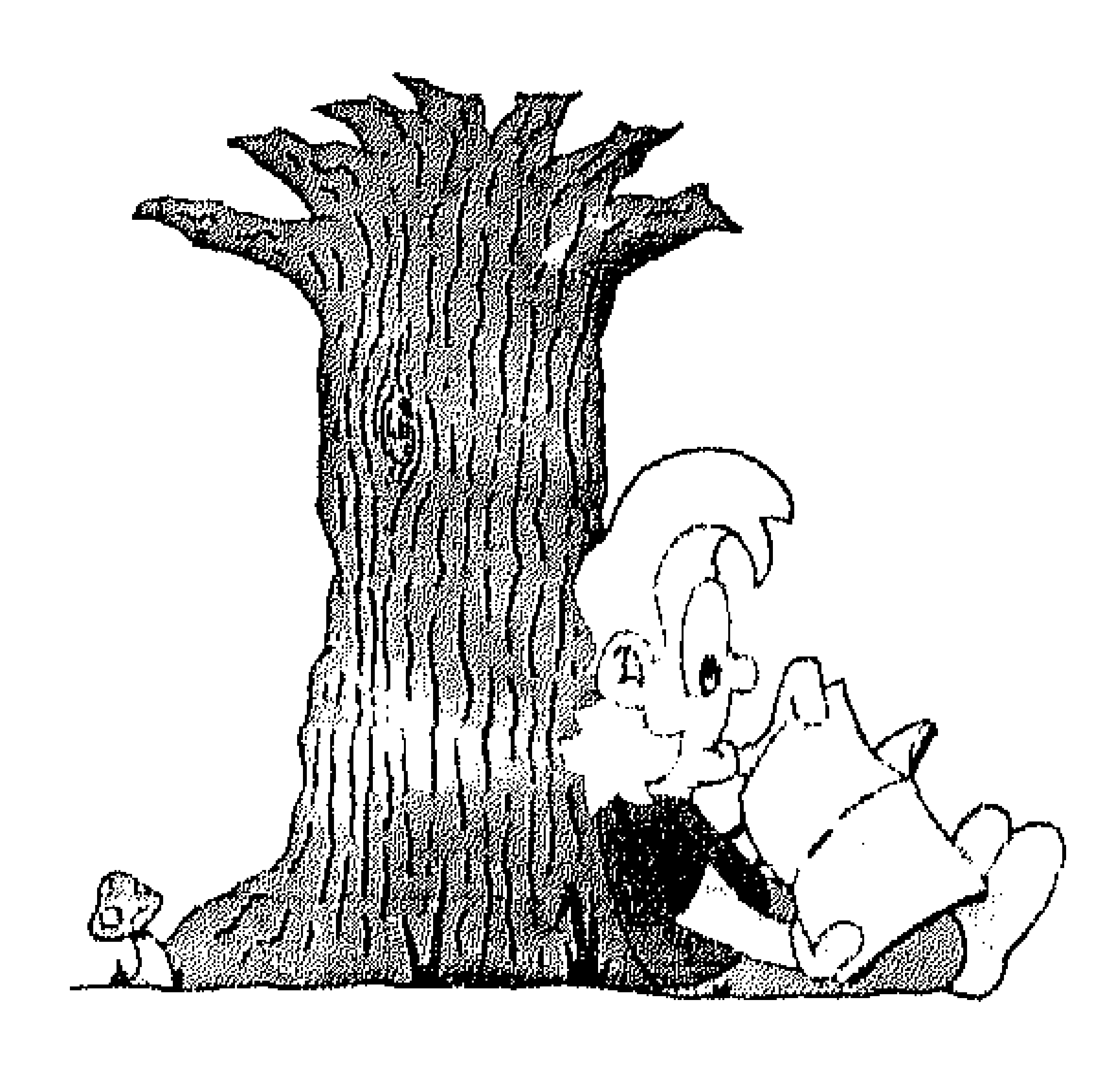
فلا النشاط مع الراحة ينشئ توتراً، ولا الراحة بعد التعب تنشئ قلقاً، إنما يسير الإنسان بالإيقاع الإلهى السليم.

٢- اعرف حدودك:

استرح قبل التعب وليس بعده:

هناك راحة اختيارية نقوم بها حين تعرف قدرتك على الاحتمال، فإنه إن لم تسترح قبل حدوث الإرهاق، فإنك مجبر على الراحة بسبب الإعياء الشديد أو المرض أو التوتر المقلق.

٣- مارس شيئاً تحبه:



- إختر مناسبة عائلية أو دينية وأفرح فيها، وأنس همومك ولو لساعات، إحتفل بنجاحاتك حتى الصغيرة منها.
- أقرأ كتاباً ليس من نوع الكتب المليئة بالمعلومات بل كتاباً من النوع المعزى أو المسلى.

ويذكر نورمان فنسنت بيل توجيهات للتغلب على القلق:

١- أرفض سكرة القلق كعادة سيئة.

٢- أنظر إلى الجوانب الإيجابية.

٣- إقطع الحوار الذاتى المقلق.

٤- صادق المتفائلين.

٤- إكسر روتين الحياة:



لم يأمر الرب بالعطلة (السبت) يوماً واحداً فى الأسبوع فقط، بل أمر بالراحة فى مناسبات خاصة هى الأعياد أيضاً. فبدون الأعياد والاحتفالات تصبح هزائم الحياة أكثر من انتصاراتها.

إن الفرح يعيدنا إلى أيام الطفولة، والسيد المسيح ينصحنا بأن نتصرف أحياناً بتلقائية الأطفال (ويضيف لها الحكمة). فالبساطة والبهجة، والمتع البريئة، هى من أسس الصحة النفسية والروحية التى يوصى بها الإنجيل قبل أن يكتشفها علماء النفس.

والغريب أننا حين نصبح بالغين ونحيا حياة التعب والشقاء، ونظن خطأ أن اللعب والمرح هما للصغار فقط.

إن تحمل المسئوليات ليس مضاداً للمتعة والفرح:

ولنا أمثلة كتابية توصينا بالفرح:

"إفرحوا فى الرب كل حين وأقول أيضاً إفرحوا" (فى ٤: ٤)

"إفرحوا كل حين، صلوا بلا انقطاع، أشكروا فى كل شىء" (١تس ٤: ١٦، ١٨).

خاتمة:

اقرأ فى ٤: ٤- ٧

٤- إفرحوا فى الرب كل حين وأقول أيضاً إفرحوا - ٥ - ليكن حلمكم معروفاً عند جميع الناس. الرب قريب، ٦- لا تهتموا بشىء بل فى كل شىء بالصلاة والدعاء مع الشكر لتعلم طلباتكم لدى الله، -٧- وسلام الله الذى يفوق كل عقل يحفظ قلوبكم وأفكاركم مع المسيح.

١- أكتب قائمة بالإرشادات المتضمنة فى الآيات من ٤- ٦:

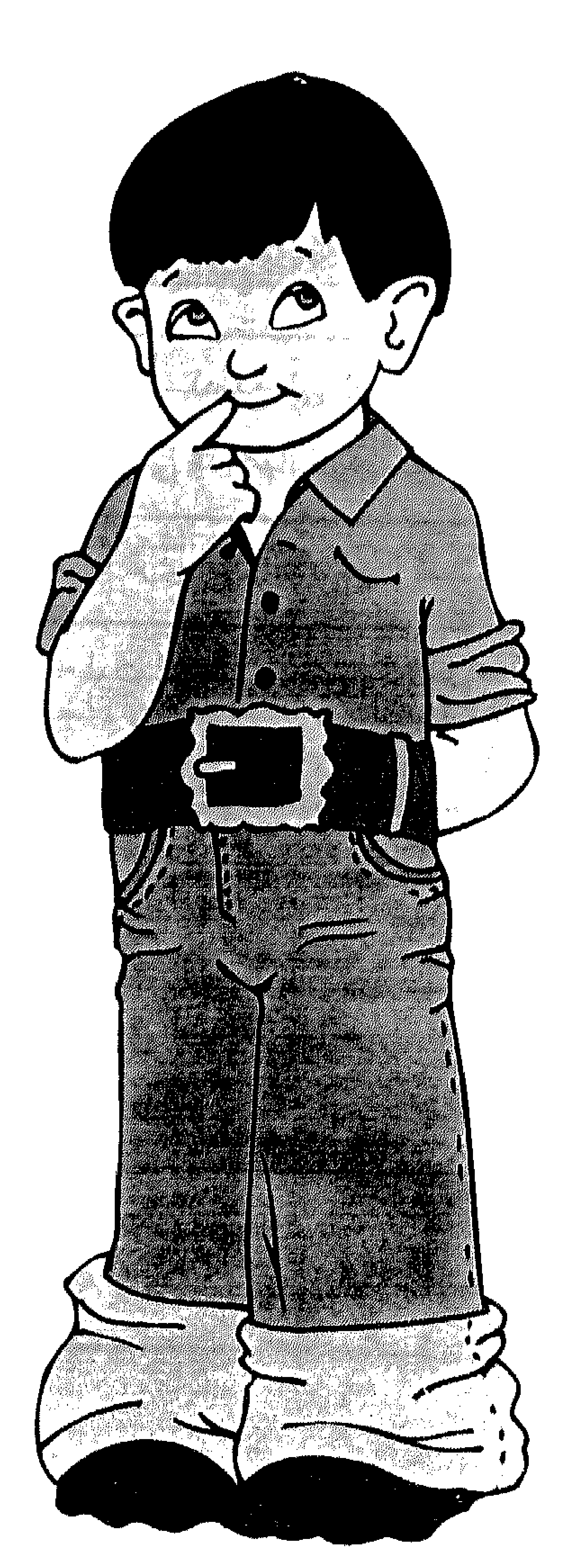
-
-
-

٢- ضع علامة (+) على السلوكيات الموجودة بالفعل فى حياتك وعلامة (-) على تلك التى تنقصك.

٣- لم يقل الله أن حياتكم ستكون بلا متاعب، أو بلا ثمن يدفع، بل قال «فى العالم سيكون لكم ضيق» (يو ١٦: ٣٣).

تعلم إذاً كيف تجدَ الخير فى الضيقات وتتقبل هذا بشكر.

عندما تشعر بالخجل



تمهيد

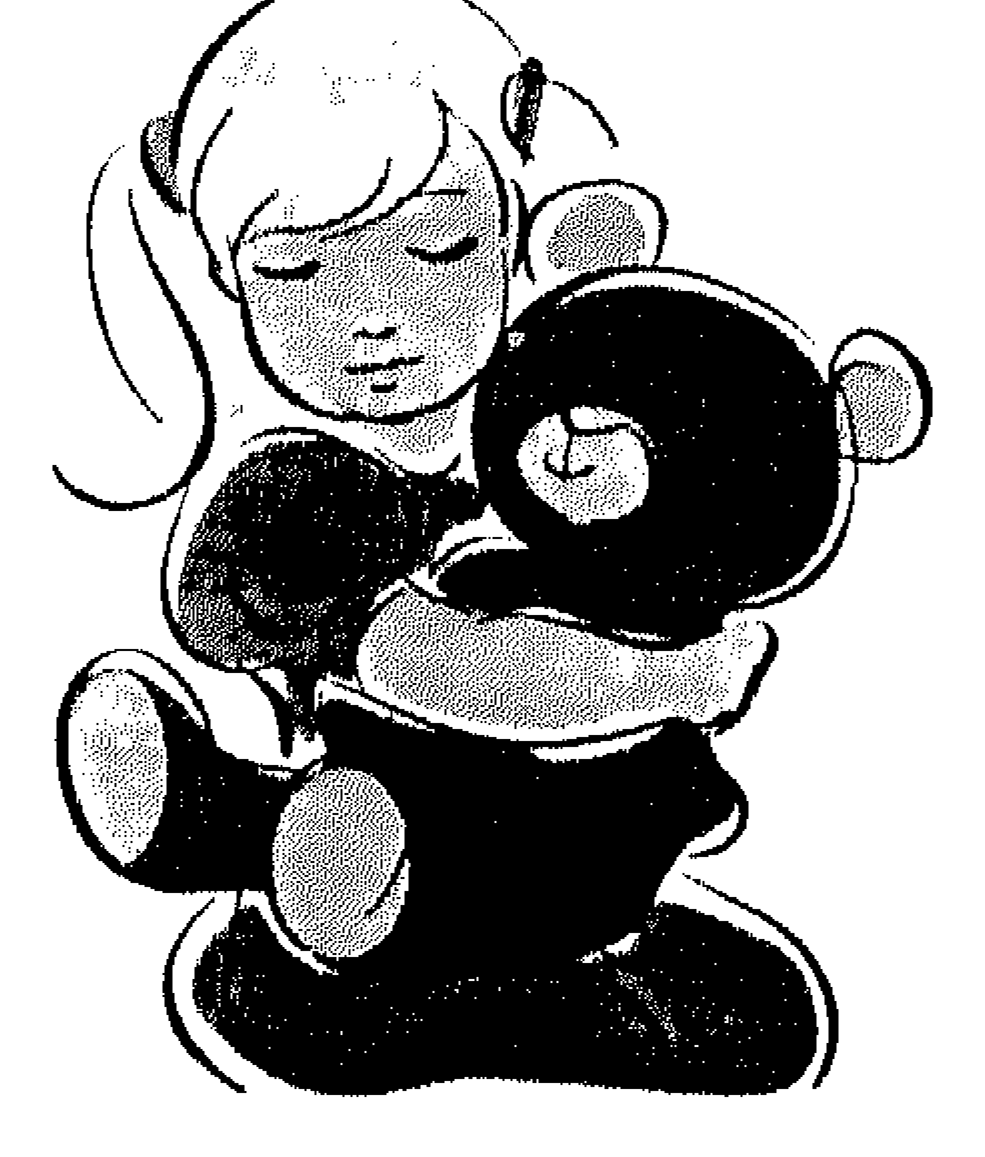
هل أنت خجول؟

وجهى أصبح جميع الألوان

فى العمود الأيمن تجد تعبيرات شائعة عن مدى شعورك بالخجل مع تفسير المظاهر فى العمود الأيسر. ضع علامة (√) على المشاعر التى تنطبق على حالتك:

الحديث الذاتى	السلوك
- لا داعى أن أغامر برأيى فقد لا ينال استحسانهم.	التردد فى المشاركة بالنقاش
- لن أستطيع أن أدافع عن رأيى لأن رأسى قد صارت فى قدمى	إحباط داخلى بسبب معارضة شخص كبير لرأيك.
- يا ترى ما رأيهم فيما قلت.	الاهتمام المفرط برأى الآخرين
- ليت الأرض تنشق وتبلعنى	إرتباك عندما أجذب انتباه الآخرين
- أنا فعلاً لا أستحق إحترامهم.	إحساس غامض بالذنب من أمر ما.
- يبدو أنهم يخططون لإخراجى من وسطهم	بداخلك إحساس بأنهم يقبلونك على مضض.
- نظراتم لى تبين عدم رضاهم.	إحساس بعدم رضا الكبار عنك.

مقدمة:



جريئة ولكن خجولة!

سلوى مواظبة بانتظام على إجتماعها الكنسى (إجتماع ثانوى) فإن «سلوى» من الفتيات المحبات للكنيسة وللعمل والخدمة المستمرة بداخل إجتماعها، فإنها فتاة تتسم بالجرأة الواضحة فى كل تصرفاتها، ولكن جرأتها هذه لها ضوابط حيث إنها عندما تتعرض لأى موقف يتطلب منها جرأة، فحتى لا تخطئ سرعان ما تخلط جرأتها ببعض الخجل. فإذا رأيتها وهى تتكلم وتبدى رأيها فى الأشياء وتقوم بعمل كثير من الأنشطة الفعالة فى الاجتماع تندهش مما حدث.

فذات يوم طلب منها أحد أفراد الإجتماع أن تقوم بإلقاء ترنيمة، ولكنها قامت بمسك المكيرفون، وسرعان ما بدت عليها مظاهر الخجل الشديد، المتمثلة فى إحمرار الوجه والرعشة الشديدة والاهتزازت الواضحة فى الصوت.

اندهش الجميع مما حدث حيث أن سلوى فتاة جريئة، تقول رأيها دائماً بمنتهى الصراحة وتقوم بأعمال كثيرة، وهى إنسانة نشيطة، ولم يتوقعوا أن يكون بداخل هذه الإنسانة هذا الكم من الخجل الشديد.

كان فى وسط شخصيتها الجذابة وجرأتها الجميلة بعض الخجل، إلا أن خجلها كان لها فوائد كثيرة مكملة لجمالها، حيث أنها كانت تخشى جرح شعور الناس أو التهكم عليها أو الاستخفاف بهم أو إلقاء الأوامر عليهم، فكانت دائماً تشكر الله على نعمة الخجل.

قد يظن الخجول أن الناس سوف تنتقده أو تسخر منه أو تستخف به، فيضطرب ويرتبك ويتعثر. وربما يمكننا أن نسمى الخجل الزائد «خوف مرضى»، فإن الخوف الزائد من الناس يعتبر خوف مرضى، لأن الناس ليسوا بهذه البشاعة، ولا يشترط أن يكونوا ضدنا على طول الخط، كما أنهم لا يكيلون لنا النقد والاستهزاء بلا مبرر.

ويمكن تعريف الخجل على أنه:

الخجل: هو شعور زائد بالخوف من رزل الآخرين أو تهكمهم أو عدم رضاهم، ويصحبه تجنب للمواقف، أو إعاقة جزئية عند الأداء.

تأمل كتابى:

- قال موسى عن نفسه «إنى ثقيل الفم واللسان» (خر ١٤: ١٢).
- وكانت الملكة الوديعة أستير ترهب موقف المواجهة مع الملك، لولا تشجيع ابن عمها (أستير ٤: ٨، ١٤).

+ أذكر المزيد من رجال ونساء الكتاب الذين عانوا من الخجل أو الضعف، ولكن الرب أعانهم وقواهم.

أولاً: الخجل فى الميزان

فوائد وعيوب الخجل

إن الخجل منتشر وشائع فى كل المجتمعات بل وعند معظم الأشخاص حتى يصح أن تعتبره ظاهرة (بشرية) عامة.

ولكن يعتبر شىء من القلق طبيعياً عند بداية صداقة جديدة، أو عند إلقاء حديث أمام الجمهور، وهذا يجعلنا نصبح حساسين لمشاعر الآخرين،

حرصين على النجاح وأداء واجباتنا. ولكن القلق الزائد عند الناس شديدى الخجل قد يؤدى إلى ارتباك يعيق الآداء. عموماً فالخجول أفضل من اللى معندوش دم!...

فوائد الخجل:



- يمنعنا الخجل من الاختلاط الزائد بالناس، ويدفعنا إلى ترشيد صداقتنا، والبعد عن أصدقاء السوء.
- يبدو الخجول للناس جاداً صادقاً موثوقاً فيه.
- يبدو الخجول فى صورة بشرية، وهو يجذب الناس لرقته وتواضعه، فالناس لا يعجبون بالأبطال فقط بل بالإنسان الواقعى أيضاً.
- يجعلنا الخجل غير متسرعين. فنتميز بالتبصر والتروى أو الرأى الثاقب.
- يجعلنا الخجل نستمع للآخرين، فالخجول يحب الصمت ولا يدلى برأيه فى بداية الحديث، ولا يحتكر الجلسة لصالحه، وهو يستطيع أن يستمع، مما يزيد من كفاءته فى إنشاء علاقات عميقة بالآخرين.

عيوب الخجل الزائد:

١- عدم المحاولة أو استغلال الإمكانيات:

- أنها لن توافق على خطبتى فلماذا أفاتحها؟
- لن يعطنى المدرس درجة عالية فلماذا أتعب نفسى فى البحث؟

٢- الشعور بالوحدة:

- لا يستطيع الخجولون إقامة علاقة وثيقة بسهولة، ويعتبر الخجل نوع من الانشغال الزائد بالنفس ومشاكلها، مما يضيع الطاقة اللازمة لعمل العلاقات.

٣- التكلف وإرتداء الأقنعة:

- يحاول الخجولون إرضاء الناس باستمرار وبطريقة أكثر من اللازم، ولذلك فهم لا يعبرون عن مشاعرهم الحقيقية إن كانت لا تلقى استحساناً من الناس، فإن شعروا بالغضب منك يقولون «مفيش حاجة».

وهكذا يصبح رأى الآخر هو الذى يحركنى، وأحاول التكلف لنوال مديح الآخرين ورضاهم.

٤- عدم المواجهة وإهمال الحقوق:

- يهمل الخجولون المواجهة حتى الرقيقة أو النافعة، ويتركون حقوقهم، ولا يتجرأون على اتخاذ المواقف الحاسمة، مما يعقد الأمور ويتركها بلا حل.

ثانياً: أسباب الخجل:

بحثا عن الجذور

أسباب الخجل

١) هل ولدت خجولاً؟

هل للخجل أسباب وراثية؟

نعم. إن هناك استعداد عند بعض الناس لوجود حساسية زائدة فى الجهاز العصبى يجعلهم عرضة للاستجابة للخجل، إلا أن معظم الأدلة تثبت أن الخجل مكتسب أساساً، لأن الخجل يجعلنا حساسين فى وجود الناس، ولكننا قد نمتاز بالجرأة والإقدام فى مواقف أخرى.

٢) هل أطلق عليك لقب الخجول؟

فى مواقف معينة قد يطلق الناس فيها على البعض لقب الخجول، وتكون النتيجة أن هذا الشخص الملقب بالخجول لا يحاول بجديه أن يقوم بموقف الجرأة وتأكيد الذات أو المطالبة بالحقوق، ويسلك بذلك حسب توقعات الناس، وحسب اللقب الذى أطلق عليه. وتدريجياً فقد يطلقه هو على نفسه، وفى كل مشكلة نجده يقول «إنى خجول» لن أستطيع المواجهة.

٣) ماهو تأثير النموذج؟

إن نموذج الوالدين وصورتهم عن أنفسهم تؤثر علينا كقدوة نعتز بها، وقد وجد أن كلام الوالدين الذين يلزمون المنزل معظم الوقت، أو الذين يخشون من كلام الناس، أو مقابلة الغرباء. هم الذين يعلمون الخجل لأبنائهم.

٤) هل جعلت الظروف الخاصة خجولاً؟

- هناك من أصيب بمرض جلدى ظاهر، أو كان داكن البشرة، أو يعانى من بعض التشوه فى العظام، أو بالنحافة أو السمنة الشديدة... إلخ ويجعله هذا الأمر يشعر بالخجل من جسمه.

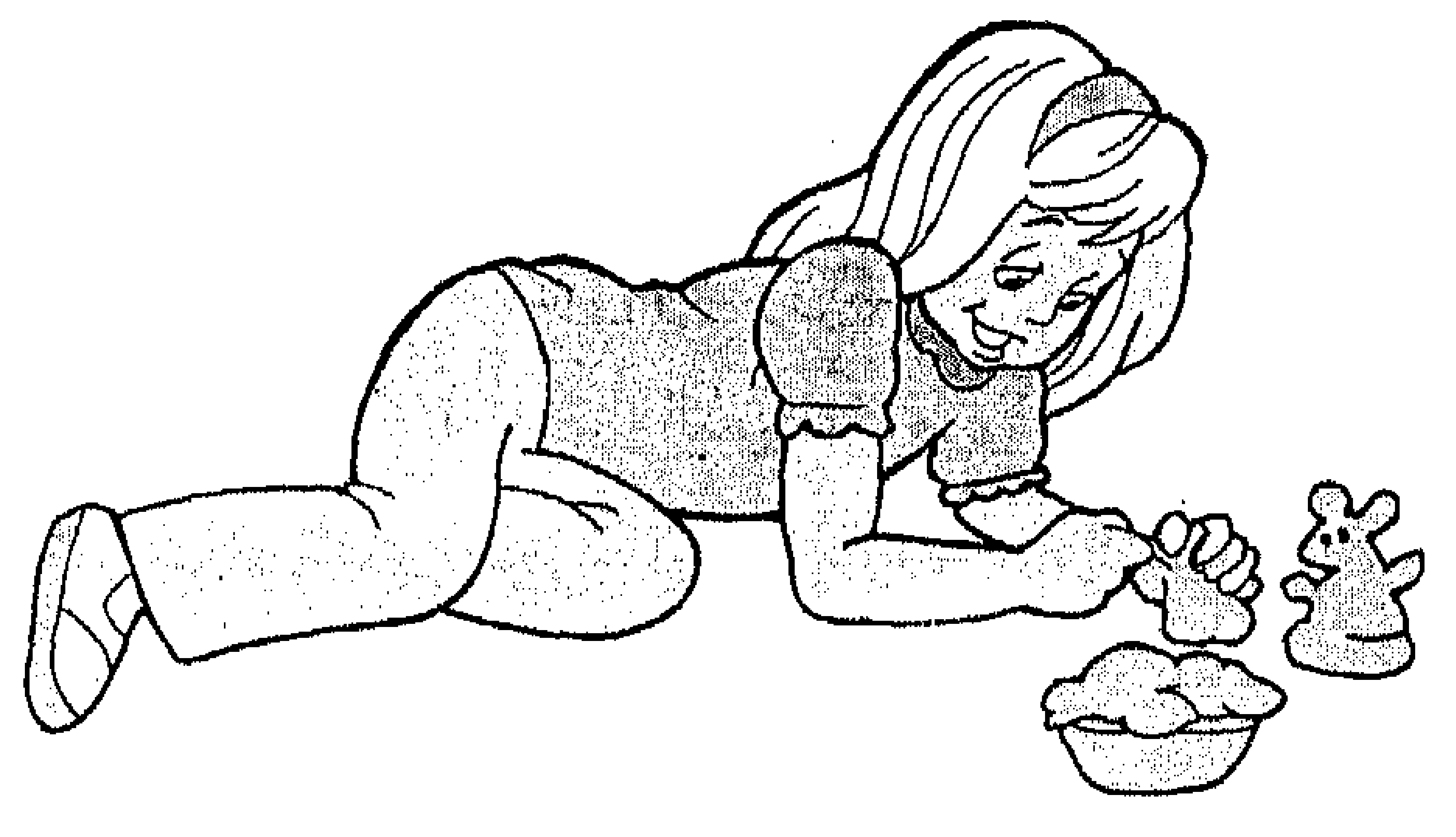
هناك من نشأت فى أسرة فقيرة أو قروية، أو كانت تعمل فى مهنة يعتبرها الناس (خطأ) إنها ليست مهنة من الدرجة الأولى، وهى تشعر بالخزى لإحساسها بالتدنى.

٥) هل تعلمت الخجل؟

ربما تعلمت الخجل عندما كافأك أحد الناس المهمين لديك من البالغين على خجلك أو هدوئك الذى يشبه الملائكة! رغم أنه يحيد بك عن السلوك الفعال والجرأة فى الحق.

أو ربما قد تكون قد عوقبت على جرأة أو إقتحام قمت به. أو ربما جذب خجلك اهتمام الناس، ولم تلفت جرأتك انتباههم، فقررت أن تزيد من الخجل حتى ترضيهم.

وعموماً فإننا نتعلم الخجل، وبالتالى فإننا يمكننا أن نتعلم أيضاً كيف نتغلب عليه، أو نجعله يعمل لصالحنا.



ثالثاً: ماهو الحل؟

أقتلع جذور الخجل:

لقد علمت أننى خجول جداً، ولكن ما هو الحل لهذا الخجل الزائد؟

١- ثق أن تستطيع أن تتغير:

لا تقنع نفسك أنك خجول بطبعك، أو أنكِ ولدت خجولة، فالخجل صفة مكتسبة، يمكنك التأكيد عليها وإثباتها أو التغلب عليها ونسيانها.

٢- صل لأجل المعونة:

قال كثير من الخجولين أن الصلاة كانت دائماً معيناً لهم فى التخلص من مشاعر الخجل الزائد، فعيناى الرب كانت دائماً، وسوف تظل، مصدر تشجيع وطمأنينة للنفس.

٣- تعلم التفائل:

قد نفشل أمام أنفسنا فى تحقيق ما نصبو إليه، ولكننا أمام الله نكون قد حققنا الغرض الذى يريده منا، وما نعتبره نحن أو يعتبره الناس فشلا قد يكون فى نظر الله النجاح بعينيه.

إن الله يعرف معنى النجاح أفضل مما نعرفه نحن، لأن نظرتنا المستقبلية عاجزة، وتقييمنا للحاضر يتأثر بقيم الناس ومواقفهم.

فسوف تنتصر على خجلك إن تفائلت، وأعدت المحاولة بلا يأس، فالعادة بالعادة تغلب، أى أن العادة السيئة بعادة جديدة حسنة تغلب.

٤- التفكير الإيجابى:

يقول الكتاب المقدس:

- **"تغيروا عن شكلكم** (سلوك) **بتغيير أذهانكم»** (فكر إيجابى) (رو ١٢: ٢).
- **"فقال لهم يسوع إن كنت تستطيع أن تؤمن كل شىء مستطاع لدى المؤمن"** (متى ٩: ٢٣) إقتناع وثقة ← قوة.

إذاً فالفكر الإيجابى ليس مجرد إيحاء ذاتى، أو أداة لتطوير النفس، إنه مبنى كذلك على عقيدة إمكانية التغيير، والحرية التى وهبها الله للإنسان لأن يطور نفسه نحو الأفضل (بو ١٠: ١٠)

جئت لتكون لهم حياة.. (عطية الله)

وليكون لهم أفضل.. (تطوير الإنسان من الجيد إلى الأفضل)

بقى أن تعى هذه الخطوات وتتدرب عليها

وتقتنع أنك تستطيع أن تكون طبيب نفسك، وأنك بقوة الله:

تستطيع كل شىء فى المسيح الذى يقويك

إليك هذه الخطوات العملية:

١- إلغ من ذهنك فكرة أنك شخصاً خجول، فلا يوجد إنسان خجول، ولكن يوجد سلوك يمتاز بالخجل، قد ينتاب أكثر الناس جرأة أو شجاعة، فأنت لم تولد خجولاً بل تعلمت هذا السلوك المربك.

٢- أنت شخص طبيعى ولست الوحيد الذى يعانى من الخجل.

٣- أنت شخص لك مميزاتك وعيوبك وحين تكون مع الآخرين فكر فى مميزاتك وليس فى عيوبك.

٤- إذا كنت فى موقف محرج فإنك تستطيع أن تحفظ ماء وجهك بالاعتزاز، كما تستطيع أن تقول أنى لست معصوماً من الخطأ، كما أنى أستطيع أن أصحح هذا النقص أو الخطأ، وأنمى العلاقات التى جرحت، فهذه ليست نهاية العالم.

٥- تذكر أن رأى الناس فيك ليس هو ما يحدد قيمتك بل قارن نفسك وإسأل نفسك:

هل تحقق دعوة الله لك؟

هل تتقدم للأمام ولو خطوة واحدة؟

- **"فإن كنت بعد أرضى الناس فلست عبداً ليسوع المسيح"** (غل ٤: ٧).
- **"وأنا أقل شىء أن يحكم فى منكم أو من يوم بشر"** (١كو ٤: ٣)
- **"ينبغى أن يطاع الله أكثر من الناس"** (أع ٤: ٥١)
- **"طوبى لمن لا يدين نفسه فيما يستحسنه"** (رو ١٤: ٢٢)
- **"يارب أنت تعلم كل شىء أنت تعرف أنى أحبك"** (يو ٢١: ١٨).





أمثلة للحديث السلبى	أمثلة للحديث الإيجابى
- أنا وحش، غير منظم، غير مرموق.	- كل الناس فيهم عيوب.
- أن قلت شىء فلن يعجبهم.	- ليس ضرورياً أن أكون نجماً، كان المسيح نجاراً.
- من سيهتم بشخص عادى مثلى.	- حتى لو اعتقد الناس أنى جبان فإن نفسى تعجبنى لأنها صورة الله.
- سوف يسخرون منى.	- لا يهمنى أن أظهر وسط الناس.
	- إذا ضحك الناس منى فإنى أستطيع أن أحتمل.
- لا فائدة فإنى خجول جداً ولا أستطيع التحدث مع أحد.	- أقدر أن أدرب نفسى على الحوار
- إن الخطأ يقع فىَّ.	- ليس ذنبى أن الآخرين يحبون الإغاظة.
- إنى محرج جداً	- إذا شعرت بالخجل فهذه ليست نهاية العالم.

- أنها كارثة.	- ماذا يمكن أن يحدث
- لن أحتمل.	- وحتى لو حدث فإنه يكون إرادة الله وسوف أقبله
- إنى أشعر بالدم يتدفق لوجهى.	- توقف عن خجلك.
- ليتنى أهرب الآن.	- إثبت فلن يحدث شىء

لقد وجد الكثيرون فائدة شخصية من ترديد هذه العبارات كما كانت الآية التى تقول:

«أستطيع كل شىء فى المسيح الذى يقوينى» سبب النصرة على الخجل.

حقاً لقد صدق الوعد "**تكفيك نعمتى لأن قوتى فى الضعف تكمل**" (٢كو ١٢: ٩).

"**لقد اختار الله ضعفاء العالم ليخزى بهم الأقوياء**" (١كو ١: ٢٧)

٥- التقدم نصف خطوة نحو الحل:

نقول نصف خطوة لأن دفع الإنسان بشدة للأمام يجعله يسقط عل وجهه! فإن لاحظت طفلاً خجولاً فى أسرته أو فى المدرسة أو فى مدارس الأحد فلا تضعه أمام الميكرفون أو الضيوف وتطلب منه إجابة سؤال أو أداء ترنيمة، بل دعه يصادق شخصاً واحداً ودوداً، أو يقوم بالتعبير عن نفسه بالكتابة أو الرسم، ثم يعرض ذلك على قلة من الناس المقدرين له.

لا تحاول أن تقدم على مخاطرات عديدة، أكثر من اللازم فى وقت واحد، ابدأ بخطوات صغيره... حاول أن تتكلم مع شخص واحد فى المدرسة اليوم..

إلق بالتحية إلى خمسة أشخاص هذا الأسبوع، وفى الأسبوع المقبل يمكنك أن تضيف مجاملة بسيطة مخلصة أو ملاحظة ما إلى تحيتك.

٦- أطلب مساعدة الآخرين:

ينبغى أن نطلب معونة من أصدقائنا المخلصين حتى نتخلص من مشاكلنا ومن خجلنا.

- شجعت نعمه راعوث على الالتقاء ببوعز والإرتباط به (را ٣).
- شجع مردخاى أستير على مقابلة الملك رغم الخطورة (أستير ٤: ٨).
- حتى يبدو أن الرب يسوع نفسه كان (كإنسان) يطلب مساندة من يعقوب وبطرس ويوحنا فى الصلاة فى المواقف الصعبة.

فائدة الصديق

١- يقدم لنا الأصدقاء إمكانية التدرب على عادات حسنة للتخلص من مخاوفنا وخجلنا.

٢- ننتفع كثيراً من مدح الأصدقاء لتأكيدهم لنا بأننا أفضل مما نظن.



٣- شعورنا بأن هناك من يهتم بنا ويسعده تقدمنا يدفعنا للأمام.

٤- صلواتهم من أجلنا، تعتبر مصدراً آخر لانسكاب القوة الروحية والنفسية فى حياتنا، حسب وعد الرب «إذا اتفق أثنين منكم على الأرض فى أى شىء يطلبانه فإنه يكون لهم من قبل أبى الذى فى السموات» (مت ١٨: ٩).

خاتمة

ربى إنى أخجل من نفسى

وأخجل من مواجهة الآخرين

وأخجل منك

فحبك الزائد

مقابل ضعفى الشديد

يجعلنى أذوب وأتوارى

فأرفع اللهم رأسى

وهبنى ثقة وشجاعة

لأنى أحتمى بك

من ذاتى وسقطاتى وعيوبى

فدع الخجل يعمل لصالحى

لأكون...

شجاعاً

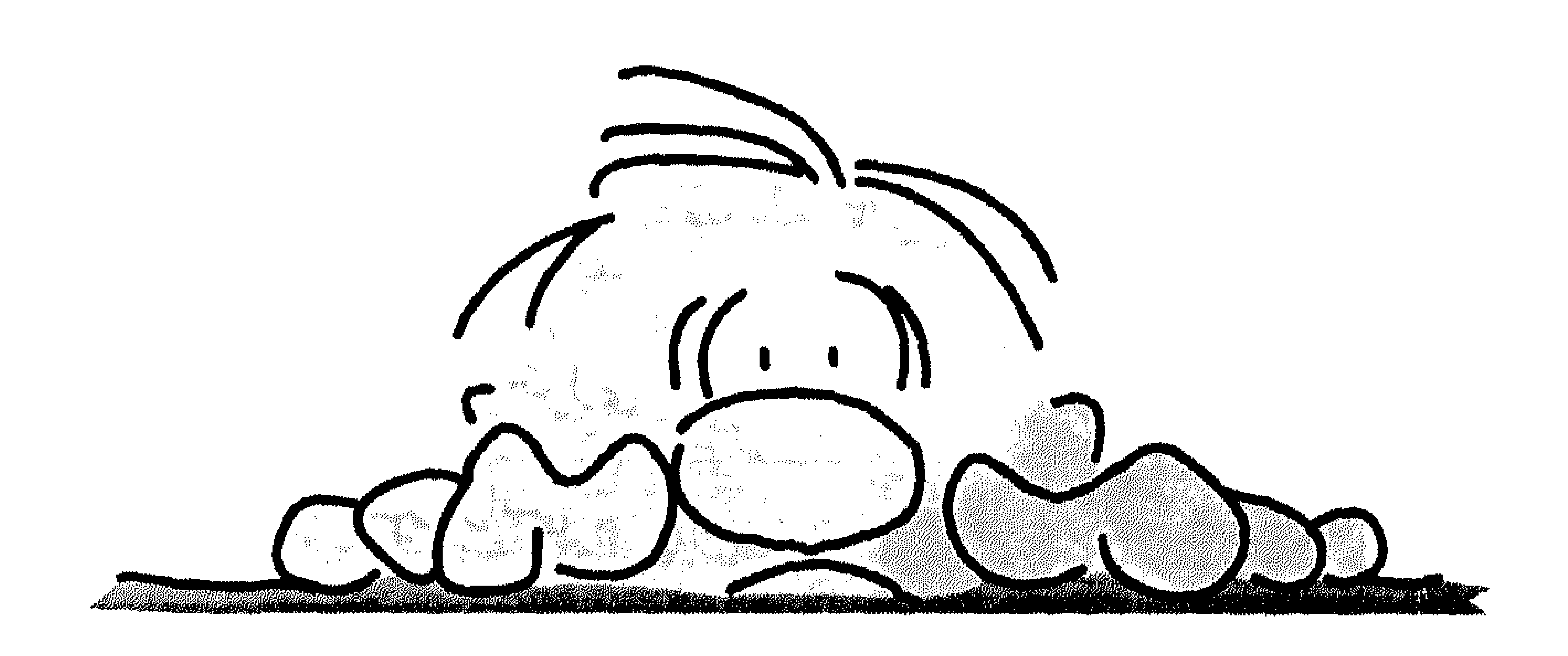
واثقاً

إنى أستطيع بك كل شيء

آمين







تمهيد

هل الكبار يخافون؟

ليس للخوف أشخاص معينون يمكن أن يسكن بداخلهم وآخرون لا يقترب نحوهم. فإن الكبار يخافون ربما أكثر من الصغار. إن أشجع الرجال يخافون وأقوى النساء يخفن.

تعريف:

الخوف هو: الشعور بالقلق الناتج من الإحساس بوجود خطر يهدد أمان الإنسان.

حول : ممن يخاف الناس؟

الصغار: يخافون من الأصوات العالية، ومن الغرباء، ومن الإنفصال عن الأم، ومن النوم منفردين ومن الحيوانات المفترسة..... وغيرها.

المراهقون: يخافون من تأخر البلوغ. كما يخافون من أن يلاحظ الناس عليهم النحافة الزائدة أو السمنة أو حب الشباب.

الكبار: يخافون عند اتخاذ القرارت مثل السفر للخارج أو الانتقال لوظية أخرى، أو أخذ قرض من البنك، ومن المسئولية الوالدية، ومن الفشل، ومن الشيخوخة وغيرها.

يخاف من ظله

مقدمة

عرفت ساندرا الفتاة الجميلة بذكائها الخارق وقدرتها الفائقة، وكانت فى الثامنة عشر من عمرها وكان والدها من الرجال الأغنياء.

وذات يوم جاء «عزيز» الرجل المسئول عن إسطابلات والدها يخبرها بأن الفرس «فرحان» متمرد وعنيف للغاية، ولا يستطيع أحد قط أن يمتطيه، لذا قرر بيعه.

وإذ سمعت ساندرا ذلك، وكانت فى سن المراهقة، قالت لأبيها: «سأذهب مع عزيز لأرى هذا الفرس الجامح»

حاول والدها أن يثنيها عن عزمها خوفاً عليها من الفرس، لكنها فى لطف قالت له: «لا تخف يا والدى، فإنه لكل عنف علة أو سبب، فإنى سأحاول أن أروضه».



وذهبت ساندرا مع المدرب إلى إسطبل الخيل، وإذ ذهب المدرب ليمسك بالفرس ثار الفرس، فأمسكت لجامه، ثم غيرت اتجاه رأسه فصار الفرس هادئاً، فركبته وقادته بسهولة، وذهبت إلى والدها، فهنأها والدها على قدرتها على ترويض الفرس.

وسألها والدها: «ماذا فعلت يا ابنتى؟».

أجابت ساندرا: «إن الأمر بسيط للغاية، لقد كان الفرس يرى ظله فيخاف منه، فلما حولت رأسه نحو الشمس صار صله تحت قدميه فلم يخف بل صار هادئاً.

حقاً إن الملايين من البشر يخشون ظلالهم، لكن إذ تتجه أنظارهم إلى شمس البر يسوع لاتصير لهم ظلال، إذ تسقط الظلال تحت نفوسهم ويمتلئون ثقة ويقيناً فى عناية الله.

وتمتلئ قلوبهم بالأمان ويبتعون عن طريق الخوف ويسمعون صوت الرب القائل:

"**إله السلام معكم أجمعين آمين**" (رو ١٥: ٣٣).

أولاً: هل من وظيفة للخوف؟

فوائد وعيوب الخوف

إن الخوف شعور أكثر تحديداً وحصراً للشخص عن غيره من الانفعالات القوية مثل الغضب أو القلق.

والخوف يفرز فى الجسد هرمون الأدرينالين الذى ينبه الجهاز العصبى «السيمباثاوى» فيحدث إصفراراً فى الجلد وسرعة التنفس وتوتر الأعصاب.

ماهى فوائدك أيها الخوف؟

الخوف يدفعنا إلى العمل ويمنع عنا الرخاوة والكسل والملل. فمن منا لا يخاف الله، أو لا يخاف من الخطأ أو الوقوع فيه؟

بل أن الخوف المقدس هو من أقوى الدوافع للحياة الأخلاقية.

وإليك بعض الآيات التى تبين فوائد مخافة الله وتقواه:

- "**رب الجنود هو خوفكم وهو رهبتكم**" (أش ٨: ٣).
- "**مخافة الرب بغض الشر**" (أم ٨: ١٣).
- "**فى مخافة الرب ثقة شديدة**" (أم ١٤: ٢٦).

هل تعرف آيات أخرى؟..............

أمثلة على الخوف المقدس

نوح: «**بالإيمان نوح لما أوحى إليه عن أمور لم ترد بعد خاف فبنى فلكاً**» (عب ١١: ٧).

إبراهيم: "**فقال لا تمد يدك إلى الغلام ولا تفعل به شراً لأنى الآن علمت أنك خائف الله فلم تمسك إبنك وحيدك عنى**" (تك ٢٢: ١٢)

أيوب: "**كان رجل فى أرض عوص اسمه أيوب. كان هذا الرجل كاملاً مستقيماً يتقى (يخاف) الله ويحيد عن الشر**" (أى ١: ١)

والآن سوف أكشف عيوبك أيها الخوف!

- يعطل الفهم ويجعل التفكير سطحياً متقلباً.
- يؤثر على الإدراك فيجعلنا ننخدع.
- يؤثر على الحكم السليم واتخاذ القرار.
- يؤثر على الذاكرة فيجعلنا ننسى.

فالخوف يشبه الكرسى الهزاز الذى يتحرك ولكن بدون أى تقدم، ويهز كيانك كله لكن دون جدوى.

وقد يقودنا الخوف إلى الشعور بالنقص وصغر النفس.

وأخيراً فالخوف يذهب بالسعادة ويحرمنا من سلام القلب والضمير.

ثانياً: للخوف أنواع هما:

❖ **الخوف من الماضى، والخوف من المستقبل:**

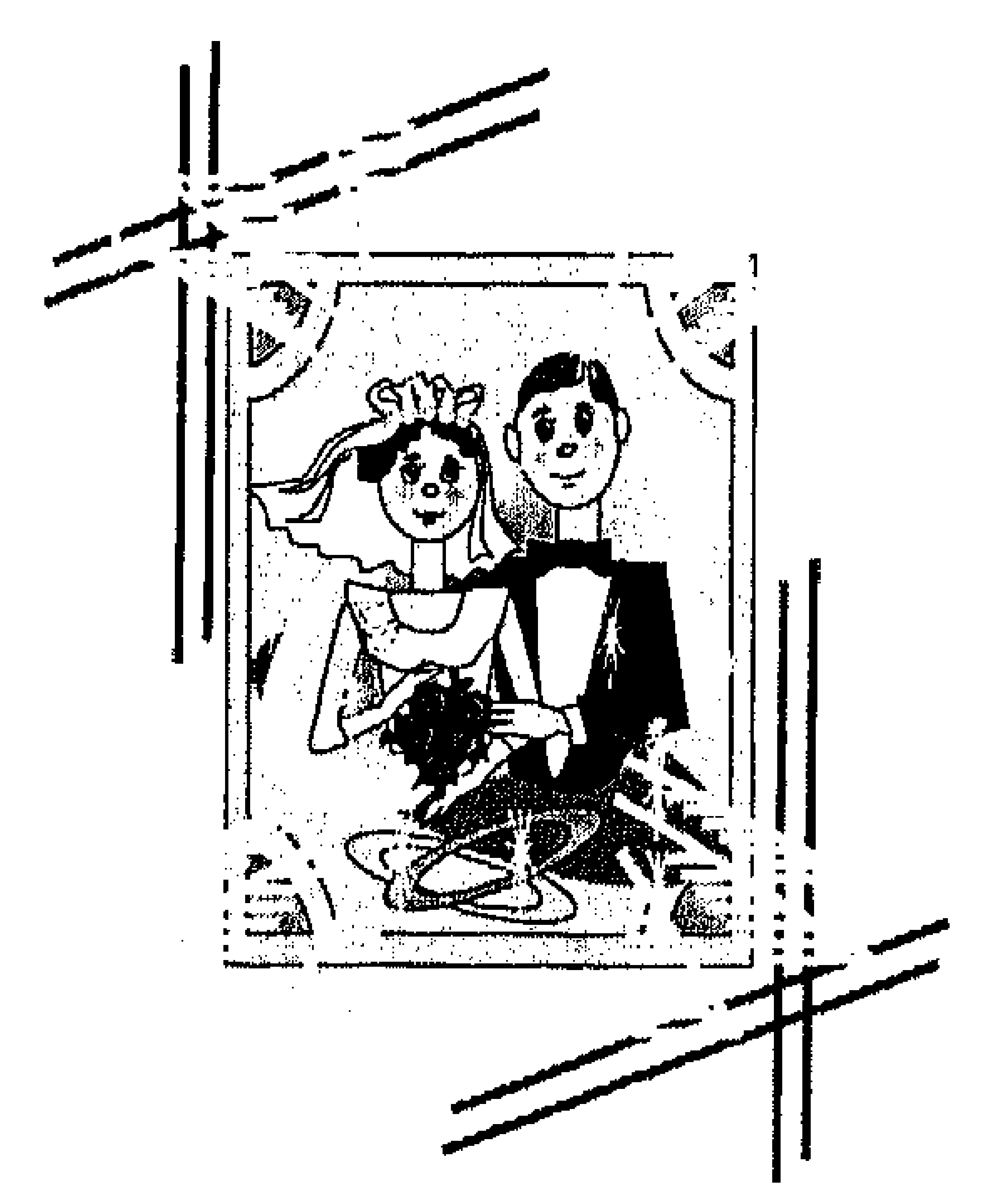
قد تكون خبرات الماضى المؤلمة سبب خوف من الحاضر (أعط أمثلة)

وقد تكون توقعات المستقبل سبب قلق وخوف واضطهاد زائد (أعط أمثلة)

❖ الخوف ،ن الفشل ومن النجاح:

يخاف اا بعض من الفشل، ويخاف البعض من النجاح، وما يعقبه من شهرة ومدسئولية وغيره الآخرين.

إليك هذه الأمثلة:



- أريد أن أتقدم لخطبة فتاة ولكن أخاف أن ترفض.

- أريد أن أبدأ مشروعاً جديداً أو لكنه غير مضمون.

فحين أخاف من الفشل فإنى لا أبذل الجهد المطلوب، وهكذا يحدث الفشل فعلاً الذى كنت أتوقع بقلق حدوثه!

أيضاً الدراسات أثبتت وجود خوف من النجاح وإليك هذه الأمثلة:

إمرأة تخاف أن ترقى إلى درجة وكيلة مدرسة، حيث أن زوجها مدرس عادى، وتخاف أن ينظر إليها على أنها أعلى من زوجها.

❖ الخوف من الألفة ومن الانفصال والرزل:

بعض الناس يخاف من الاقتراب الزائد من حياة الناس وكشف ذواتهم لهم، ويحرصون على العلاقات السطحية، حتى لا يجازفوا بالمحبة والصداقة الوثيقة.



إن الشمعة لا تضىء إن لم تشتعل، ومجد الشعلة هى أن تلهب ما حولها، ومجد الينبوع هو أن يفيض، والإنسان حب، فإن غاب الحب غاب أن يكون! ورغم هذا يخاف البعض من الألفة.

أما عن خوف الانفصال فأذكر هذا المثال:



الأم التى تقول لإبنها (٨ سنوات) «أنت كبير ولازم تتعود تبقى وحدك بالمنزل» فتزيد عنده خوف الانفصال. أما إذا قالت «يا حبيبى لن أتأخر كثيراً ويمكنك أن تتصل بى فى الشغل إذا أردت، فأنا معاك طول الوقت» مثل هذه التعليمات تقلل خوف الانفصال عند الطفل.

أما الخوف من الرذل أو الرفض فهو خوف من احتقار الآخرين أو عدم تقديرهم لى، أو الإحراج فى مواقف عامة.

❖ خوف الموت خوف الحياة:

إن خوف الموت قد يكون مبالغاً فيه عند بعض الناس، وعلى العكس فإن ساعة الموت قد لا تكون مرعبة للأتقياء والبسطاء.

أما الخوف على الحياة فهو ناشىء من بحث الإنسان الدائم عن معنى الوجود، فهو دائماً يسعى للأفضل للبقاء والخلود، فإذا شعر أنه أنجز شيئاً يستحق أن يكون قد عاش من أجله فهو لا يخاف الموت.

ثالثاً: الآن سوف أطردك أيها الخوف

وصفة صحية لإزالة الخوف إزالة نهائية.

١- حلل سبب المشكلة:

هل أنا خائف من هذا الموقف لأنى مخطئ؟ هل خوفى واقعى أم مبالغ فيه؟ هل أنا خائف على فقدان مادى أو معنوى (كرامة - سمعة)؟

أمثلة: خوف الماضى:

هل حبست فى المصعد الكهربائى وأنا صغير فلهذا أخاف من ركوب المصاعد؟

٢- تخيل أسوأ ما يمكن حدوثه؟

تخيل أسوأ ماقد ينتج من مخاوفك، وإسأل نفسك هل هذا الشىء صعب للغاية؟ أم يمكن احتماله؟

(قصة)

قال أحدهم للصياد: كيف لا تخاف من بحر هائج مثل هذا، بعد معرفتك أن كثير من أهلك ماتوا غرقاً؟!

فقال له الصياد: وأنت هل تخاف من السرير لأن جميع أقربائك ماتوا فيه؟

٣- لا تهرب إفعل شيئاً:

كان أشجع قواد نابليون المسمى «مارشيلناى» خائفاً من معركة دموية قادمة، وكانت رجلاه تصطكان وهو يركب الفرس وركبتاه ترتعشان بشدة، فنظر إلى أسفل وقال: «استمرا فى الرعشة يا ركبتى، فإنكما لو علمتما إلى أين أخذكما كنتما ترتعشان أكثر!»

لا يجب أن يوقفك الخوف عن العمل، وإلا زاد خوفك، ولكن عندما تخاف استغرق فى عمل يشغلك. عمل تحبه يعود بالنفع عليك وعلى الآخرين فقد يحل مشاكلك أو يقلل من أحساسك بالخوف.

٤- رد على مخاوفك:

إذا كنت تخاف من شىء معين فبإمكانك أن تتغلب على هذا الخوف بقولك لنفسك بعض الجمل التى ستطرد الخوف من داخلك.

مثال: الذى يخشى الظلام يمكنه أن يقنع نفسه بأن الظلام غير مخيف قائلاً:

- هذا الظلام وقتى ولن يدوم.
- لكنى أعرف طريقى للحجرة.
- لعلى أحتاج إلى شمعة.
- سأجد ما أريده من أشياء بالغرفة فى الظلام.
- إن الظلام لن يؤذينى فى شىء.

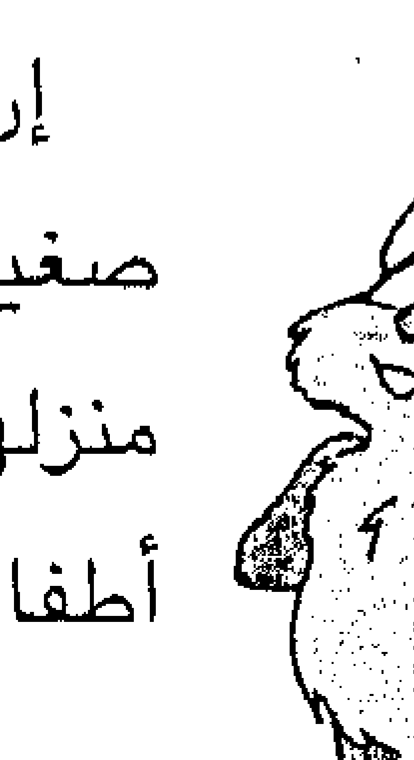
وحاول تنفيذ هذه الأقوال عملياً حتى تستطيع أن تتغلب على الخوف الساكن بداخلك بالعقل.

٥- المحبة تطرد الخوف خارجاً

تذكر محبة الله وعنايته، وتذكر المرات التى أنقذك فيها من مخاطر حقيقية تفوق مخاوفك الحالية، وأخرجك من الأزمات بسلام وأمان، فإن ذلك يساعدك كثيراً فى تحطيم الكثير من المخاوف بداخلك.

تأمل فى رجل يخاف من الأماكن المرتفعة، إن عقله يخبره أنه سوف يموت لو تسلق مكاناً عالياً، ولكن هذه المعلومة زائفة عادة. إنه خوفه غير عقلانى. وربما هناك امرأة تخاف من الفئران أو العناكب. إن عقلها يخبرها أنها سوف تضرها بطريقة ما. وهذه معلومة زائفة. فى كلتا الحالتين، فقبول المعلومات الزائفة دون مراجعة يسبب الخوف.

تأمل فى ذلك الرجل الذى يخاف من الارتفاعات. إن بيته يحترق يوماً ما، ويرى ابنته فى شباك الطابق الثانى. كيف يتصرف؟ إنه يحصل على سلم نقال، ويصعد وينقذ ابنته. ماذا حدث لخوفه؟ إن جسده تلقى رسالة أكثر إلحاحاً: «إنقذ البنت التى تحبها». إن الرجل لا يفكر فى الارتفاع، وحتى إذا فعل ذلك، فحبه يبتلع خوفه.



إن المرأة التى تصعد فوق كرسى وتصرخ لرؤية فأر صغير، تمسك بمكنسة أو شمعدان وتهاجم أسداً لو دخل منزلها. لماذا؟ لأنها على استعداد أن تفقد حياتها لتنقذ أطفالها.

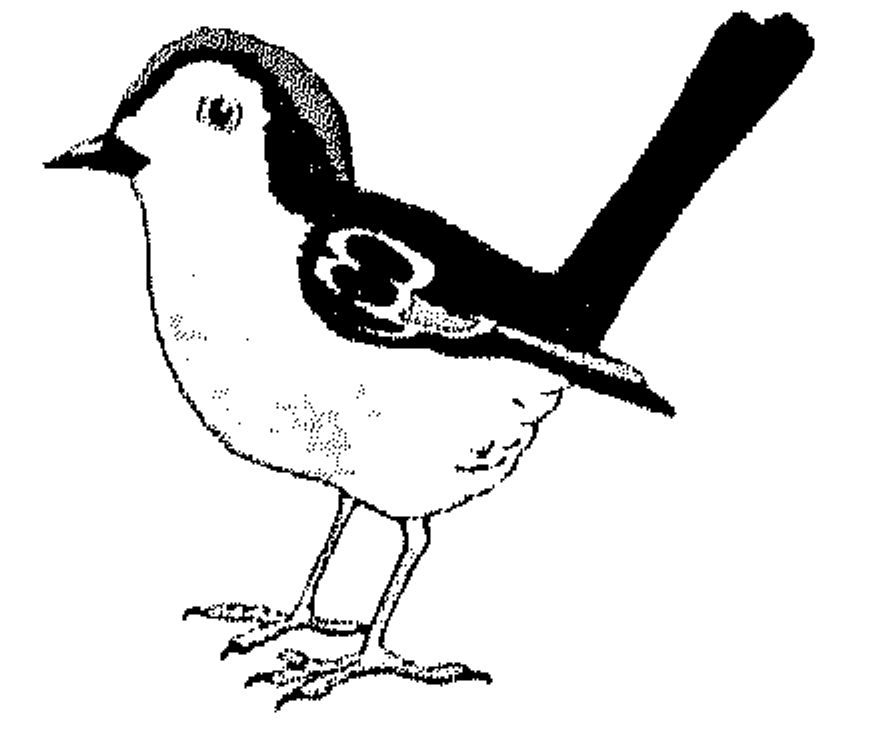
هذا ما يعنيه يوحنا حين قال: "**المحبة الكاملة تطرح الخوف إلى الخارج**" (١يو ٤: ١٨).

خاتمة: العلاج الروحى

الإيمان والشعور بالأمان:

الإيمان ليس عقيدة فقط إنه علاقة، هذه العلاقة بين الإنسان والله تعطى الإنسان شعوراً غامراً بالأمان.

ولنرى كيف يرشدنا الكتاب المقدس والوحى إلى ينابيع الراحة ومراعى السلام الخضراء:



مز ٤٨: ١١، ١٢

العصفور وجد بيتاً واليمامة عشا لنفسها حيث تضع أفراخها، مذابحك يارب الجنود لأن الرب الله شمس ومجن. يارب الجنود طوبى للإنسان المتكل عليك".

استخرج آيات من المزامير التالية واجعلها جزءاً من تأملاتك اليومية لتعطيك سلاماً:

مز ٣٤، ٣٧، ٤٦، ٥٦

أمثلة: "**طلبت إلى الرب فاستجاب لى ومن كل مخاوفى نجانى**" (مز ٣٤: ٤).

"**ملاك الرب حال حول خائفيك وينجيهم**" (مز ٣٤: ٧).

استخرج آيات من باقى المزامير المطمئنة ٣٧، ٤٦، ٥٦ ومن مزمور الراعى ٢٣.

لاتخف لأنى فديتك

دعوتك باسمك... أنت لى

إذا اجتزت فى المياه

فأنا معك..

وفى الأنهار فلا تغمرك.

إذا مشيت فى النار

فلا تلدع واللهيب لا يحرقك.

لأنى أنا الرب إلهك

قدوس إسرائيل مخلصك

أش ٤٣: ٢، ٣

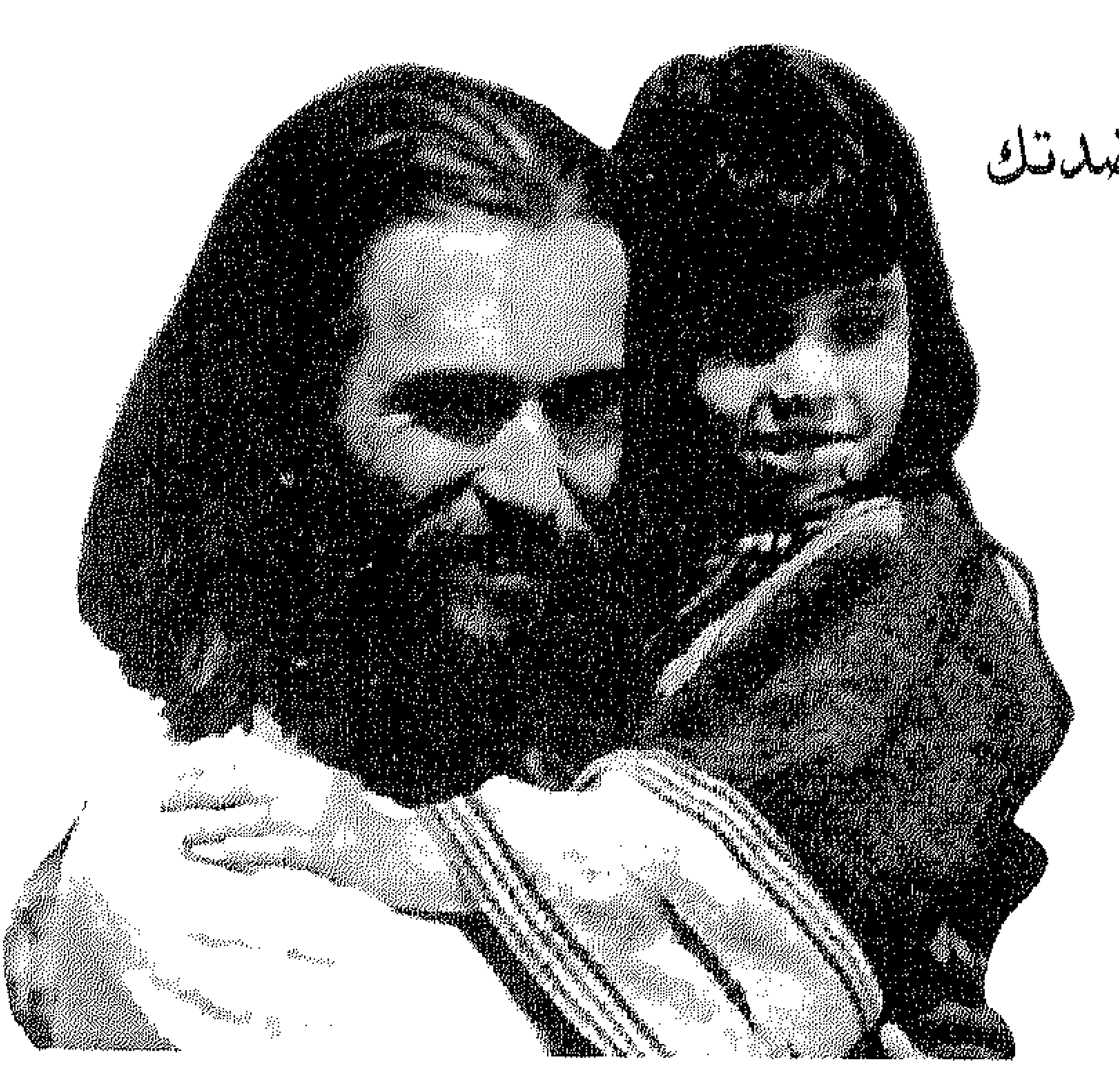
لا تخف لأنى معك

لا تتلفت لأنى إلهك

قد أيدتك وأعنتك وعضدتك

بيمين برى

أش ٤١: ١٠



من يفهمنى؟

(الشعور بالوحدة)



تمهيد:

وحيد: حاسس إنى وحيد.

أنيس: وايه الغريب فى كده؟

وحيد: عايز تقول أن الشعور بالوحدة شىء عادى؟!

أنيس: أيوه لأن مين من الناس مشعرش يوم بالوحدة؟

وحيد: عايز تقولى أن شعورى بالوحدة شىء عادى عند كل الناس؟

أنيس: أيوه. بقول أن كل الناس بتشعر يوم ما بالوحدة، فالوحدة شىء ربما يعبر يوماً علَّى نتيجة لظروف معينة، ولكن مش معنى كده أن أستسلم للوحدة وأتركها تدمرنى بل على أن أتصدى لها، وأحول كل ما هو وحيد بداخلى إلى أنيس يطمئن نفسى.



مقدمة

قصة: الخمر والقلم

إعتاد اللاعبان «إبراهيم» و «فوزى» وهما فى العشرين من عمرهما أن يكونا محاطين بآلاف المعجبين! كل العيون تتجه إليهما وهما يقدمان الألعاب الاستعراضية أمام آلاف المشاهدين.

التصفيق الحاد والمتصل، كان هو النغم المحبب إلى نفسيهما. وصراخ الجماهير الصاخبة فى الملاعب، كان بالنسبة لكل منهما شدواً رقيقاً حالماً.

كانا يكرهان النوم، ولا يستحبان الراحة، التى تحرمها رؤية المعجبين، وتغلق أذانهم، عن سماع هتافات المشجعين. ولولا قسوة المدرب وصرامته، لفضّلا البقاء بين جماهيرهما طوال ساعات الليل والنهار.

لكن حدثاً قاسياً أنهى هذا الحلم الكبير، فقد أصيب اللاعبان الكبيران إصابة خطيرة، ألزمتهما الفراش، وفرضت عليهما الإعتزال.

إسودت الدنيا فى عينيهما، تغير كل شىء. كانت الملاعب هى سماء حريتهما، فاصبحا حبيسى عاهتيهما.

كانت الجماهير المحيطة بهما هى بر الأمان. فأصبحا تائهين فى بحور القلق والضياع.

ومرت الأيام قاسية صعبة، فكل منهما لا يستطيع أن يغير الواقع، ولا يقدر أن يقبله أو يرضاه. فتقلبت نفسيهما فى دوامات من المشاعر العاصفة، وقبعت ذاتيهما تحت طبقات كثيفة من السحاب القاتم. فقد رأيا جحود الأصدقاء، وانصراف المعجبين، وانسحاب الشهرة، وتراجع الأضواء، وخمود الهتافات،

وتدهور الدخل الـ دى. وفوق ذلك كله، تلك الوحدة القاسية التى جعلت كل منهما حبيس زنزانة انفرادية ضيقة لا يتسرب إليها نور الأمل.

واقترب كل منهما إلى الآخر، يتحدثان عن الماضى، ويتذكران أمجادهما الضائعة، ويتنهدان فى حسرة وندم.

ثم سئمت نفسيهما تقديسهما للآخر! فإنصرف كل واحد إلى سبيله.

وفى هذه الوحدة الموحشة، وجد كل منهما رفيقاً جديداً. فقد استأنس أحدهما وهو «فوزى» بزجاجة الخمر، فصارت له رفيق السوء ـ أسوأ من الوحدة.

وإتخذ «إبراهيم» من القلم رفيقاً مخلصاً فاستحضر إلى ذاكرته شخوصاً وأبطالاً، استطاع أن يجسدهم بقلمه ليصيروا رفقاء خلوته.

وتحول «فوزى» إلى حطام، وتحول «إبراهيم» إلى كاتب شهير.

وهكذا نرى أن الوحدة من الممكن أن تقودنا للفشل، أو نقودها نحن لطرق النجاح.

فيقولون: «إذا قذفك الزمن بثمرة حامضة فإجعل منها شراباً حلواً»

مثلما فعل «إبراهيم» فقد قذفه الزمن بالعجز ولكنه حول وحدته وعجزه إلى طريق آخر أدى به إلى نجاح جديد.

الشعور بالوحدة: هو احساس الفرد الذى يشعر بالانعزال عن المحيطين به، وهذا الاحساس قد ينتاب أى فرد منا فى بعض الأقات وفى مراحل العمر المختلفة.

لكن كل إنسان يختلف عن الآخر فى موقفه تجاه الشعور بالوحدة، فهناك من يسعى إلى الوحدة لينفرد بنفسه مقرراً خلوة اختيارية، وهناك من يشعر بالوحدة وكأنها كابوس مفروض عليه مما يسبب له مشكلة، وأحياناً يشعر الإنسـان بالوحـدة أثناء وجوده وسط جماعة، على حين يعيش آخر بمفرده ولا يحس بالوحدة.

قد تكون الوحدة حالة مؤقتة تنتاب الفرد، أوحالة دائمة على غرار أحد الأمراض المزمنة.. ترى ما موقفك من الوحدة؟

أولاً: ما سبب شعورى بالوحدة؟

يمكن تقسيم أسباب الشعور بالوحدة إلى عدة أقسام منها:

أ- الأسباب الاجتماعية:-

١) التكنولوجيا:-

نجد أن المجتمعات الأكثر تقدماً تكنولوجياً يشعر فيها الأفراد بالوحدة أكثر من غيرهم، لأن كلما كثر اعتماد الفرد على الآلات كلما ضعف اعتماده على الإنسان، فيشعر المرء أن الآله أهم منه، وأنه بلا قيمة، مما يصيبة بصغر النفس ويجعله ينطوى على نفسه ويشعر بالوحدة. ويقولون أن الكمبيوتر يعد أحد أسباب الطلاق فى أمريكا لأن الزوج ينصرف عن زوجته لانهماكه أمام هذا الجهاز!.

٢) المدينة:-

الحياة فى المدن الكبيرة تختلف عن الحياة فى البلاد الصغيرة. ففى الريف مثـلاً تعيـش الأسـرة كلها فى بيت واحد، بينما فى المدن الكبيرة نجد الأخ ربما

لا يقابل أخاه مرة كل شهر، ولا يعرف من الذى يسكن بجواره، وربما فى أمريكا أو أوربا قد لا يكون هناك علاقات على الأطلاق مع الجيران مما يعمل على زيادة الشعور بالوحدة.

ب ـ الأسباب التربوية:ـ

١) ضعف الإرتباط:ـ

إن الطفل الذى ينمو فى عائلة مفككة غالباً ما ينشأ، وله ميول لحياة الوحدة، والطفل الذى ينفصل أبواه ويكون مع أحداهما، فإذا حدثث ورجع والديه لبعضهما تجده يتعلق بمن تركه خوفاً من فقده ثانية.

وهكذا نرى أن المجتمعات التى يتزايد بها الطلاق يتزايد بها الاحساس بالوحدة وعدم الأمان.

٢) القبول:ـ

كل منا يريد أن يشعر بأنه مقبول ومحبوب من الآخرين. وأيضاً يجب أن نعلم أنه لابد أن نُشعر الطفل بأننا محيطين به ونقوم بتدريبه على المهارات المختلفة، أو باللعب معه، وهكذا....

فعندما يفقد الطفل هذه الإشارات ويحل بدلاً منها الانتقاد الدائم لمعجزة له ويشعر وأنه لا وجود له فيتسرب داخله الشعور بالوحدة.

ج: الأسباب النفسية:ـ

١) عدم القدرة على الاتصال:ـ

لا يستطيع إنسان أن يحيا بدون الناس، فكلنا نحتاج إلى الآخريين، ولكن للارتباط بالآخرين يلزم أن يكون لدى الشخص القدرة على تقبل الآخرين

والفكر المتسع لنسيان أخطائهم، فإذا لم يستطيع إنسان أن يرى إلا ما هو ردىء فى الآخرين نجده ينطوى على نفسه مما يشعره بالوحدة.

٢) الإتجاه العدوانى:

أحياناً نجد إنسان على ملامحة الغضب دائماً، ولا يعرففف أن يبتسم، والغضب غالباً ما يكون بسبب شعور بخيبة الأمل، أو الفشل، أو الظلم. كل هذا يجعل الشخص غاضباً ناقماً على الحياة، ويتكون عنده إتجاه عدوانى يريد أن ينتقم ممن سببوا له الفشل، ربما فى صورة كل البشر الذين حوله، فيصبح عنده ميول عدوانية ناحية الناس، وهذا يجعل الناس ينفرون منه فيعيش منفرداً يعذبه إحساسه بالوحدة.

ثانياً: هل للوحدة تأثير على من يشعرون بها؟

١) ضعف الثقة بالنفس:ـ

الإنسان الذى يشعر أنه أقل من غيره، وأنه غير مستحق للحياة، وهكذا نجد الإنسان الوحيد ينسحب عن المجتمع متمركزاً حول نفسه، فيشعر بضعف وتقل ثقته بنفسه.

٢) اليأس:ـ

أحياناً تؤدى الوحدة إلى يأس الإنسانا من حياته وذلك اليأس الذى يؤدى إلى أفكار الإنتحار. ولكن تلك الأفكار يتحكم فيها العقل، وهكذا قد يؤدى الشعور بالوحدة إلى إنهاء حياة إنسان بالكامل.

٣) الظلم:ـ

قد يؤدى إحساس الإنسان بالظلم إلى تكوين فكر خاطىء عن الناس ككل،

فهذا الإنحراف فى التفكير قد يملأ حياة الشخص بالكراهية تجاة الناس ويصل به إلى منتهى القسوة بالآخرين. فالآلام وإحساس الشخص بالظلم فى المكان الذى يعيش فيه، قد يصل به إلى وحدة ظاهرية تخفى ورائها منتهى القسوة والإنحراف.

سكوت.. إنتباه لو سمحتم... سوف نقول الأن

فوااااااااائد الوحدة

الشعور بالوحدة ليس ضاراً فى كل الأحوال.. بل قد يفيد صاحبه إذا عرف كيف يستفيد.

من وحدته.. فقد تكون فرصة لينجسم الإنسان فيها مع نفسه ليفكر بهدوء وينجز، وقد تكون فرصة إبداع وإبتكار له، وكم من فنان وكاتب جاء بأفضل ما عنده فى فترة عزلته النفسية! فالوحدة ليست دائماً سيئة. إنهاـ كما يقال ـ خير من جليس السوء. بل تصبح ـ أحياناً ـ ضرورة تستوجب الإمتناع عن أى جليس، ليخلو فيها الإنسان بنفسه، يراجع حساباته، ويقوم إنجازاته، ويفحص دخائل نفسه، التى قد لا يتسع الوقت أو الزحام لمناقشتها.

الوحدة فرصة للتفكير الهادئ:

عندما يكون الإنسان محاطاً بأصدقاء كثيرين، فإنه من الصعب أن يفكر تفكيراً عميقاً هادئاً، لا يتخلله التشويش.

وقد كان من عادة بعض المفكرين لا هروب من أقرب الناس إليهم، إلى مكان هادئ منعزل، يلتمسون فيه الإلهام، ويسترقون فيه السمع لنبضات أفكارهم الكامنة.

الوحدة فرصة للابتكار:

يدين كثيرون من العلماء والمخترعون بأعظم اكتشافاتهم إلى أوقات الخلوة، التى احتجبوا فيها عن الناس. فأطلقوا عنان أفكارهم، ووجدوا مفتاح السر الذى كانوا يبحثون عنه.

وكم من الفنانين والشعراء، ألهموا بأعظم أعمالهم حين كانوا فى خلوة هادئة، خارج حدود الزحام والضجيج.

الوحدة فرصة للإنجاز:

كثيراً ما يكون الزحام عائقاً دون إنجاز ما نريده. فقد تكون لدينا فكرة كاملة لعمل عظيم نستطيع إنجازه، لكن الوقت لا يتسع له، بسبب حياتنا المنفتحة على المحيطين بنا بطريقة زائدة.

فبابنا المفتوح للعلاقات المنبسطة، لا يسمح بعمل آخر يحتاج إلى الوقت والتركيز والتفرغ.

الوحدة فرصة لفحص النفس:

قلما يتيسر لنا ـ ونحن مشغولون بمن حولنا ـ أن نراجع أوراق رحلتنا، لنرى ما أنجزناه، ونقوم بهذه الإنجاز .

وقد لا تتيح لنا هتافات الآخرين لنا أو ترحيبهم بنا أو حتى هجومهم علينا أن ندرس موقفنا دراسة دقيقة أمينة. فنحن غالباً ما ننشغل بالاستماع لمديح الناس إذا مدحونا، أو بالدفاع عن أنفسنا إذا هاجمونا. وفى الحالين فإن فحص النفس لا يكون أميناً أو دقيقاً.

إن الكثيرين من الإطباء تدب فى أجسادهم أمراضاً لا ينتبهون إليها، لانشغالهم بفحص الآخرين. والوحدة فرصة رائعة لفحص النفس!

الوحدة فرصة للخلوة مع الله:

إن الناس قد ينصرفون عنا لعيب فينا، ونحن قد نبتعد عن الناس لعيب فيهم أو فينا، فنتألم لهذه الوحدة التى لم نعهدها.

وقد ننتقل إلى موقع لا صديق لنا فيه، فنحس بحرمان وشوق. أو قد نفقد عزيزاً علينا. كان يملأ حياتنا فنتجرع لوناً آخراً من الوحدة.

لكن أعظم تعزية لنا أن هذه الوحدة التى نشكو منها ـ لا يمكن أن تخرجنا عن حضرة الله الذى يملأ الكون. فحيثما وجد الإنسان. فإن الله مشرف عليه، هامس فى داخله، يحيطه برعايته ويفتقده فى خلوته.

وحين يتراجع الناس من حولنا تفتقدنا عناية الله، وحين يصمت ضجيج الألسنة، تتضح لنا همسات روحه القدوس.

ثالثاً: هل من علاج؟

إن قبول الشعور بالوحدة أمر هام، ومع ذلك فإن الوحدة الزائدة الضارة يجب التخلص منها، وإليك هذه النصائح:

- **أولاً: إفحص حالتك وصادق نفسك، فالشخص الذى يتمتع بالرضى عن نفسه قادر على مصادقة الآخرين.**
- **ثانياً: إحرص أن تكون إيجابياً فى العطاء مبادراً به مع أصدقائك،**
- **صادق ولو شخصاً واحداً مخلص أفضل من عشرة أشخاص منافقين.**

- ثالثاً: أكفل لصديقك حقق الاستقلالية فى قراراته، ولا تكن متطفلاً على حياته، ولا تتوقع منه خيراً أكثر مما يمكنك أنت أن تقدمه له.
- رابعاً: كن طبيعياً وتلقائياً مع المحيطين بك، وابتعد عن محاولة الظهور بأفضل من صفاتك الفعلية، بهدف الفوز بإعجاب الآخرين، فذلك من شأنه أن ينفر الناس وبخاصة الأصدقاء.
- خامساً: ليكن صدرك رحباً متسعاً للنقد، سواء الإيجابى منه أو السلبى.
- سادساً: ابتسامتك التى تحرص عليها، وعدم شكواك المستمرة، كذلك عدم التصرف بعصبية أو بأنانية من شأنها جذب الناس إليك.
- سابعاً: إذا فرحت مع الفرحين، وبكيت مع المتألمين، فإن مشاركتك لهم تمهد طريق الود مع الناس.
- ثامناً: لا تصدر أحكاماً على أحد ولا تدين أحداً فلا تدان.
- تاسعاً: كن غفوراً متسامحاً فى غير تهاون فى مبادئك.
- عاشراً: ضع نفسك فى موقع الطرف الآخر كلما اختلفت وجهات النظر، فتكون أكثر عدلاً.
- حادى عشر: ليكن الله صديقك، ونفسك رفيقتك، واستمتع بحياتك الداخلية، اشرب من ينبوعك الذاتى حين يتركك الناس.



إن الله فى محبته الفائقة لنا نحن البشر. ييسر لنا أحياناً فرص للخلوه عن قصد وحكمة إلهيه.

حتى يبعدنا عن كل المؤثرات التى تخدعنا، وليعطنا فرصة لفحص النفس فى تواضع وانكسار أمامه، بعيداً عن المديح الزائف، أو التدين الظاهرى الذى تخدع به عيون البشر.

إن الله يُخلينا من صخب العالم المحيط لنتوب بين يديه، عن كل ما قيدتنا به أفكار البشر من عبارات شكلية، وروحانية وقتيه ليس لها أثر فعال على سلوكنا وحياتنا. لعل أعظم ما تتميز به فترات الخلوه، التى ينقطع فيها الإنسان عن الناس من حوله، انها تتيح له صنع القرارات الهامة فى حياته، وأعظمها أن يعرف طريقه إلى الله. فالإنسان فى زحام الحياه، تخدعه الحياه. لا يستطيع أن يعطى قراراً خالصاً. لكنه حين يخلو بنفسه، ويصم أذنيه عن الضجيج، ويغلق وحواسه عن المؤتمرات الصاخبة، ويسكب أمام الله تضرعات قلبه، حينئذ تنكشف له أبعاد النفس الخادعة، فيرى الأركان العفنه التى كانت مستترة بظلال النجاح والشهرة والحياة المنبسطة.

فإجعل من وحدتك سبباً فى تعميق روحياتك، وأحفر بئرك فى داخلك.

الخاتمة

إستخرج آيات من الفصول الكتابية التالية واجعلها جزءاً من تأملاتك اليومية فستجدها خير ونيس فى وحدتك.

المزامير ـ رسالة يوحنا الأولى ـ رسالة تيموثاوس الثانية.

مثال:

«فى احتجاجى الأول لم يحضر أحد معى بل الجميع تركوني.

لا يحسب عليهم ولكن الرب وقف معى وقوانى

لكى تتم بى الكرازة ويسمع الجميع الأمم فأنقذت من فم الأسد»

(٢ تيموثاوس ٤: ١٦، ١٧).



هب لى يارب أن أتيقن من وجودك.



أرى يديك مبسوطتين تنتظرانى

إليك أجرى فرحاً متهللاً.

مع كل نفس تنتقل إليك يلتهب قلبى

حنيناً نحوك.

فأشكرك يا مخلصى

إذا لم تتركنى فى عزلة.

نزلت إلى،

وشاركتنى حياتى، وقدمت لى روحك القدوس



فلم أعد فى عزلة عنك وعن السمائيين.

تعرفنى لغة الحب، لغة السماء.

وتكشف لى أسرارك الفائقة

لأعمل كعضو فى جسدك

أيها الرأس الإلهى.

نفسى هى إبنتك لم تقتنيها بذهب أو فضة

بل بدمك الثمين،

حين يتركنى الأصدقاء والأهل

فأنت يارب وحدك

تسمع أنات قلبى الخفية،

وتدرك لغة مشاعرى واحاسيسى،

وتشاركنى أعماقى،

لا بالكلام فحسب

بل تدخل إليها،

وتسكن فيها

وتملأ وحدتى بحضورك البهى...



مسابقة فى إنجيل يوحنا

إصحاح ١ ـ ١٠



تمهيد:

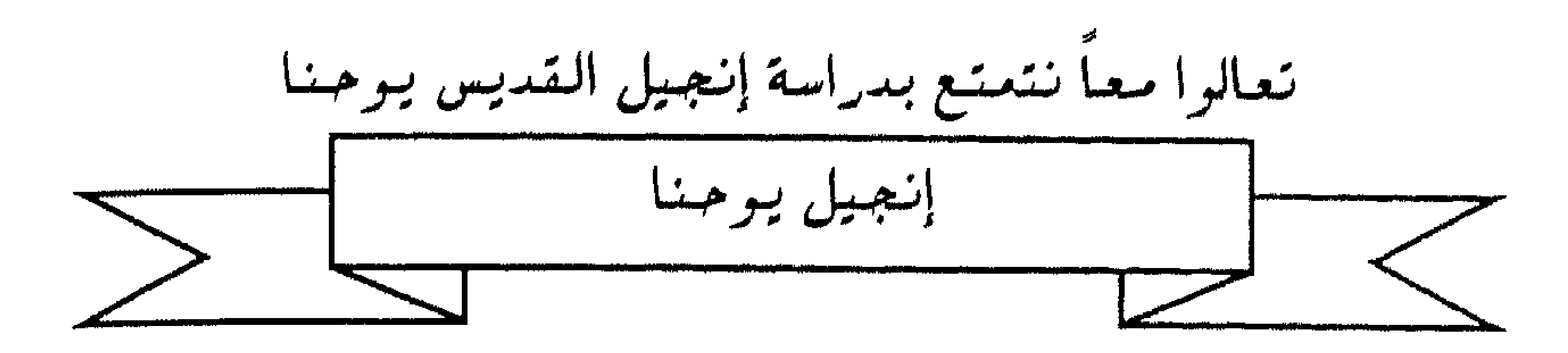
اختبر معلوماتك:

ـ كاتب الإنجيل هو يوحنا.. فماذا تعرف عنه.. وما هى ألقابه؟

ـ كم عدد كتاباته فى العهد الجديد؟

ـ متى كتب هذا الإنجيل.؟ وأين كتب؟

ـ ماذا يتضمن هذا الإنجيل؟



+ كاتب الإنجيل هو القديس يوحنا الحبيب.

+ هو أحد تلاميذ السيد المسيح.

+ هو الابن الأصغر لأبيه «زبدى» وأمه «سالومه».

+ ولد فى صيدا «مدينة الجليل».

+ هو أخو يعقوب الرسول أطلق عليه وعلى أخوه لقب «بوانرجس» أى «ابنى الرعد».

ألقابه:

يوحنا البتولى	يوحنا اللاهوتى	يوحنا الحبيب
التلميذ الذى كان يسوع يحبه	رائى العهد الجديد	التلميذ
الرسول	رسول المحبة	النسر الطائر فى الأعالى..

كتاباته فى العهد الجديد:

إنجيل يوحنا	رسالة يوحنا الأولى	رسالة يوحنا الثانية
رسالة يوحنا الثالثة	سفر الرؤيا.	

كتب:

حوالى عام ٦٧م، فى مدينة أفسس.

يحتوى على رسالة حب الله للبشر جميعاً فى شكل حوارات بين المسيح وبعض الشخصيات، تنتهى بإعلان الإيمان ولاهوت المسيح. ممثلاً فى اعتراف المولود أعمى «أؤمن يا سيد» (يو ٩: ٣٧) واعتراف توما «ربى وإلهى» (يو ٢١: ٢٨).

مسابقة

إنجيل يوحنا ص١: ص١٠

حياة السيد المسيح

س١ : أى الإصحاحات الآتية يتضمن هذه الأحداث.

وصل من العمود (ب) ما يناسب العمود (أ)

العمود (أ)		العمود (ب)
الإصحاح الأول	(	) الباحث عن الخطاة «السامرية».
الإصحاح الثانى	(	) خبز الحياة «الإفخارستيا».
الإصحاح الثالث	(	) شفاء المولود أعمى.
الإصحاح الرابع	(	) أول معجزة فى عرس قانا الجليل.
الإصحاح الخامس	(	) المعلم الأعظم «الحوار معه نيقوديموس»
الإصحاح السادس	(	) شفاء مريض بيت حسدا.
الإصحاح السابع	(	) الراعى الصالح.
الإصحاح الثامن	(	) ماء الحياة.
الإصحاح التاسع	(	) دفاعه عن المرأة التى أمسكت فى ذات الفعل.
الإصحاح العاشر	(	) الكلمة ـ إبن الله.

س٢: إختر الإجابة الصحيحة:-

١- عندما أخبرت السامرية أهل مدينتها عن المسيح فإنهم..

أ- سخروا منها　　ب - آمنوا بيسوع　　ج - ذهبوا ليسمعوه

د- كانوا غير متيقنين ومملوئين شكاً　　هـ - (ب ، جـ) معاً.

٢- أبصر الأعمى بمجرد أن:

أ- لمسه يسوع　　ب - آمن أن يسوع قادر على شفائه.

ج - غسل الطين الذى وضعه يسوع على عينيه.

٣- يسوع هو الراعى الصالح لأنه:

أ- أقوى من أى شخص آخر　　ب - أول من ادعى لنفسه هذا اللقب.

ج - بذل حياته عن خرافه.

س٣: ضع علامة (√) أو (×) أمام العبارات الآتية:-

١- فى حديث الرب يسوع مع المرأة الزانية التى ضبطت فى ذات الفعل تعاطف يسوع معها بدون أن يغفر لها خطيتها.　　(　　)

٢- الأجران الست فى معجزة عرس قانا الجليل يتسع كل منها مطرين أو ثلاثة　　(　　)

٣- كان السامرية سبعة أزواج　　(　　)

٤- شفى الرب يسوع إبن خادم الملك بمجرد أن لمسه　　(　　)

٥- المولد أعمى ولد هكذا نتيجة لخطية أبواه. ( )

٦- فى حديث الرب يسوع مع السامرية وصف نفسه بأنه «ينبوع ماء حى» ( )

٧- عيد التجديد فى أورشليم كان صيفاً. ( )

٨- شفى يسوع رجلاً كسيحاً منذ خمسون عام ( )

س٤: من قائل هذه العبارة..؟ ولمن قيلت..؟

١- «أنا صوت صارخ فى البرية قوموا طريق الرب». (يو ١: ٢٣).

٢- «وجدنا الذى كتب عنه موسى فى الناموس والأنبياء يسوع إبن يوسف الذى من الناصرة» (يو ١: ٤٥).

٣- هوذا إسرائيلى حقاً لا غش فيه». (يو ١: ٤٧).

٤- «الحق الحق أقول لك إن كان أحد لا يولد من فوق لا يقدر أن يرى ملكوت الله». (يو ٣: ٣).

٥- «إننا لسنا بعد بسبب كلامك نؤمن، لأننا نحن قد سمعنا ونعلم أن هذا هو بالحقيقة المسيح مخلص العالم». (يو ٤: ٤٢).

٦- «يارب إلى من نذهب كلام الحياة الأبدية عندك». (يو ٦: ٦٨)

س٥: أجب عن:

+ «معجزة شفاء مريض بيت حسدا»

أ- لماذا كان هذا المريض يجلس خصيصاً فى هذا المكان؟

ب ـ كم سنة ظل هذا الإنسان مريضاً؟

ج ـ ما هو نوع مرضه؟ وكيف تم شفائه؟

د ـ بما أوصاه الرب يسوع بعد شفائه؟

هـ ـ ماذا نتعلم من هذه القصة؟

س٦ : أكمل الأماكن الخالية:

١- فى البدء كان .... والكلمة .... وكان الكلمة ....

٢- كانت السامرية من مدينة ....، تقابل معها الرب يسوع عند وقت الساعة ....

٣- إغتسل المولود أعمى فى بركة ....

٤- كان لعازر أخى .... و ....

٥- ظل لعازر فى القبر .... أيام حتى أقامة .... من الموت.

٦- «إعلموا لا .... بل للطعام الباقى.

٧- «فتشوا .... لأنكم تظنون أن فيها..................

س٧ يختص إنجيل يوحنا بلقب «أنا هو» ورد هذا اللقب حوالى ٢٩ مرة.

أذكر الأيات التى تتضمن كلمة «أنا هو» فى الإصحاحات من ١- ١١

س٨ : أذكر الآية التى مدح فيها الرب يسوع المرأة السامرية؟ وعلى أى شىء مدحها؟

س٩: أذكر الآية التي يطلب فيها الرب يسوع ألا تحكم بحسب الظاهر بل تحكم حكماً عادلاً؟

س١٠: السيد المسيح هو الراعى الصالح؟

- قارن بين الراعى الحقيقى - وبين السارق واللص من حيث علاقته برعيته وفقاً لما جاء فى يوحنا ١٠.

إقرأ يو٩ وأكمل الجدول التالى:-

الآيـــة	أقوال الفريسيين	رد الأعمى
٢٤ ٢٦	إعط مجداً لله هذا الرجل خاطىء	
٢٦ ٢٧	كيف فتح عينيك	
٢٨ ٣٣		لقد فتح عينى والله لا يسمع للخطاة
٣٤	طردوه خارجاً	

	أسئلة الرب يسوع	رد الأعمى
٣٥ ٣٦	هل تؤمن بإبن الله؟	
٣٧ ٣٨		يا سيد إنى أؤمن

إبحث فى هذه المجموعة من الحروف عن هذه الكلمات الموجودة فى يوحنا ١٠:ـ

ص	غ	ى	س	ر	ق
و	أ	ح	ى	أ	ة
ت	ب	خ	ف	ع	ى
س	أ	د	ق	ى	هـ
ذ	ب	و	و	ت	ر
ء	م	ف	س	ق	ب
ب	ن	ى	ت	ب	ع

صوت، سارق، ذئب، حياة، يتبع، خروف، يسرق، باب، يهرب

ضع حرف (ص) بجوار الجملة التى تدل على ما يفعله الراعى الصالح وحرف (ش) على الجمل التى تدل على الراعى الشرير.

( ) يقودهم ويخرجهم ( ) وهم يتبعونه

( ) يتسلق السور ( ) يضع حياته عنهم

( ) يدخل من الباب ( ) يعطيهم حياة

( ) الخراف لا تتبعه ( ) لا يهتم بالخراف

( ) يعرف خرافه ( ) يهمل الخراف ويهرب

(   ) يدعو خرافه بأسمائها   (   ) الخراف تهرب منه

(   ) الخراف لا تعرف صوته   (   ) الخراف تسمع له

(   ) يسرق وينهب ويهلك

ضع علامة (√) أو خطأ (×) أمام هذه الجمل:ـ

(   ) قال يوحنا هوذا ابن الله الذى يحمل خطية العالم.

(   ) شهد يوحنا أنه هو إيليا.

(   ) تنبأ موسى عن يسوع الناصرى.

(   ) كان نيقوديموس من الفريسيين.

(   ) رفع موسى الحية الذهبية فى البرية.

(   ) لم يكن هناك شهادة عن المسيح أعظم من شهادة يوحنا المعمدان.

(   ) بعد مثل المسيح عن الخبز الحى تركه كثير من تلاميذه.

(   ) الماء الحى هو «الروح القدس».

(   ) أراد إبراهيم أن يرى يوم المسيح فرأى وتهلل.

(   ) أمر المسيح المولود أعمى أن يغتسل فى بيت صيدا.

أجب على هذه الأسئلة:

ـ كم مرة ظهرت هذه الكلمات فى (يوحنا ١: ١- ١٨)؟

يؤمن   حياة   نور   كلمة

ـ ماذا يفعل الإنسانا ليصبح إبناً لله من (يوحنا ١: ١٢).

ـ ما هى الألقاب الثلاثة التى أعطاهم نثنائيل للمسيح من (يوحنا ١: ٤٩).

١-　　　　　　　　٢-　　　　　　　　٣-

ـ لماذا يحب الناس الظلمة أكثر من النور (يوحنا ٣: ٩).

ـ بأى كلمات وصف يوحنا المعمدان علاقته بالمسيح فى (يوحنا ٣: ٣٠)

ـ ما الذى يشهد أن الآب أرسل المسيح من:

يو ٥: ٣٣

يو ٥: ٣٦

يو ٥: ٣٧

يو ٥: ٣٩

* * *

يوحنا

١

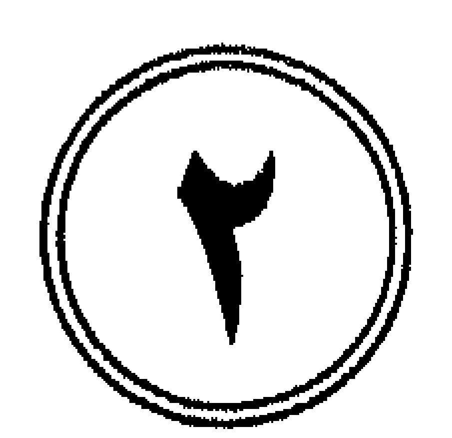
رتب هذه الأحداث ترتيباً زمنياً...

بالترتيب...

- يوحنا يشهد بنزول الروح القدس على المسيح مثل حمامة.
- المسيح يدعو سمعان «صفا» الذى تفسيره بطرس.
- نثنائيل يتعرف على المسيح ويعلن أنه ابن الله حقاً.
- المسيح يدعو فيلبس لكى يتبعه.
- بإعلان يوحنا أنه صوت «صارخ فى البرية ليعد طريق الرب.
- أندراوس تبع المسيح ومكث معه يوماً كاملاً حتى العاشرة.
- المسيح يعلن أنه ابن الإنسان وملائكة الله تخدمه.



يوحنا



عــلاقة

- إكتشف الكلمة التى ليست لها علاقة بباقى كلمات نفس السطر.

أ ـ عرس ـ قانا الجليل ـ خمر ـ بقر.. (   ).

ب ـ أجران ـ مطرين ـ صيارفة ـ ماء .. (   )

ج ـ كفر ناحوم ـ قانا الجليل ـ تلاميذ المسيح ـ أم يسوع (   )

د ـ [illegible] ـ رئيس المتكأ ـ حمام ـ غنم ـ هيكل... (   )

هـ ـ هيكل ـ ٤٦ سنة ـ ٣ أيام ـ خمر... (   ).



١ – ولادتان لإنسان واحد!؟.

يوحنا ٣: ١ – ١٦ تكلم الرب يسوع إلى نيقوديموس عن نوعين من الولادة.

عدد ٦ أ الولادة عن ________ تمنحنا حياة جسدية

عدد ٣ الولادة عن ________ تمنحنا عدد ١٦ حياة ________

عدد ٥ أؤمن ________

٢ – إلى مَ يشير إليه كل رسم؟

بحسب سفر العدد ٢١: ٤ – ٩ (يوحنا ٣: ١٤)

بحسب يوحنا ٣: ١٤و ١٢

٣ – ماذا سيحصل فى كلتا الحالتين؟

كم تؤلمنى هذه اللدغة! لكنى لا أريد أن أموت. سأنظر إلى الحية النحاسية كما أمونا الرب بواسطة موسى.

سفر العدد ٢١: ٩

____

____

____

كلا، لا أريد أبداً أن أهلك بسبب خطيتى. نعم سأنظر بالإيمان إلى يسوع الذى صُلب من أجلنا.

يوحنا ٣: ١٦

____

____

____

يوحنا



من أنا؟؟

١- فريسى رئيس لليهود. (   )

٢- لا أحد يقدر أن يدخل ملكوت السموات إن لم يولد من (   )

٣- صعدت إلى السماء ونزلت من السماء وأنا فى السماء (   )

٤- رفعت الحية النحاسية فى البرية (   )

٥- أحببت العالم وبذلت ابنى لكى لا يهلك كل من يؤمن بى (   )

٦- كنت أُعمدَّ فى عين نون حيث المياة كثيرة. (   )

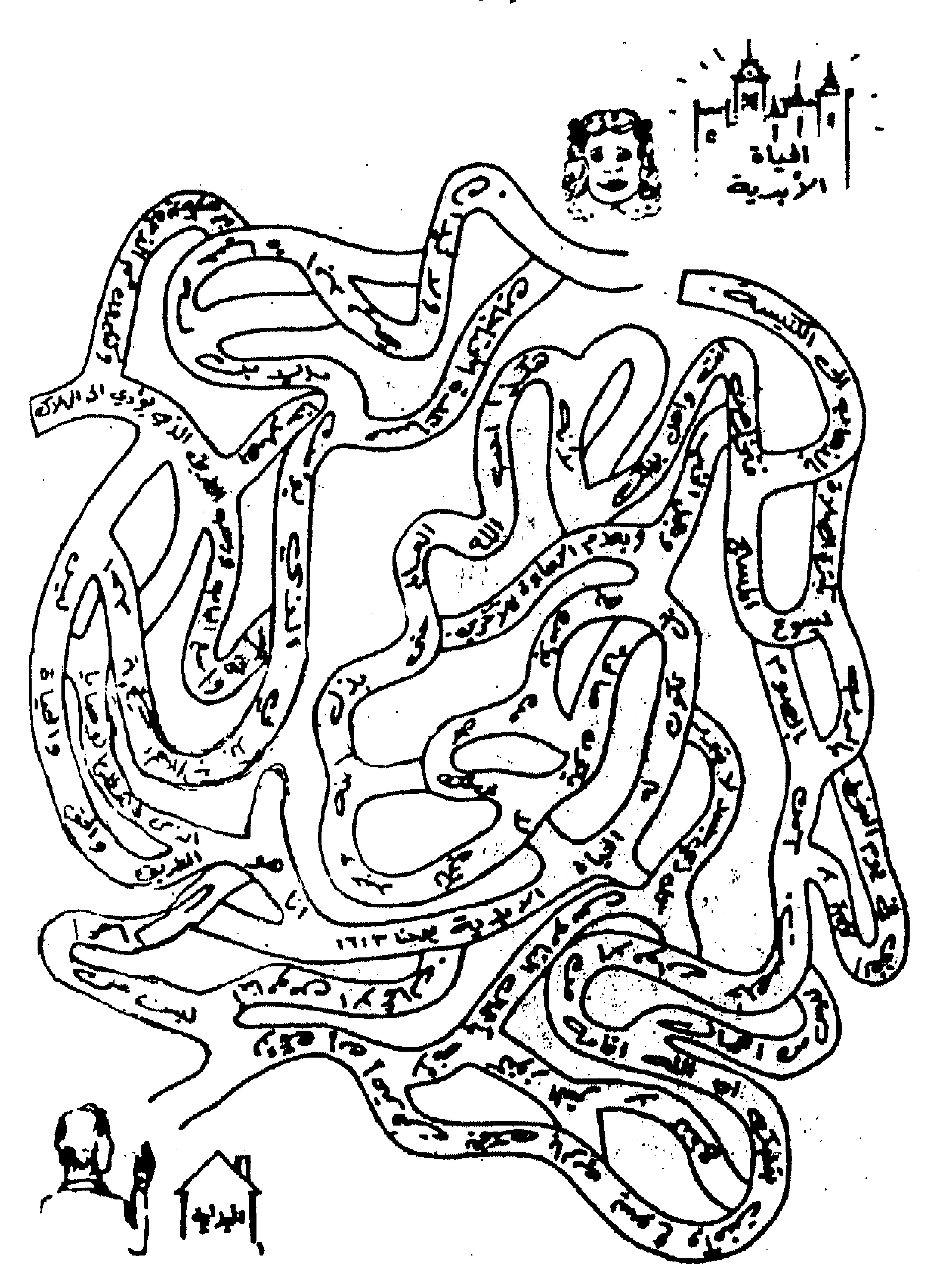
٧- لى حياة أبدية. (   )

٨- شكـــوت المســـيح إلى يـــوحنا، أنه يُعمِّد أكـــثر من يوحنا، والناس يأتون إليه.. (   ).

٩- ينبغى أن يزيد المسيح، وأنا أنقُص... (   ).

٢- التطبيق

ضع بكل ترتيب نقاطاً على الطريق الوحيدة التى تصل بك إلى الحياة الأبدية. استعن بالآيات الكتابية لإيجادها.



أ. العطيّة

١ــ بحسب يوحنا ٤: ١٠ ما هى عطية الله؟ ________________

٢- بحسب العددين ١٣، ١٤ لماذا هذه العطية هى فريدة فى نوعها وأيضاً ثمينة جداً؟ ________________ و ________________

٣- بحسب يوحنا ٦: ٣٥، و ٧: ٣٧ و ٣٨، كيف نحصل عليها؟

________________ و ________________

٤- بحسب يوحنا ٦: ٥١، ماذا قدّم يسوع لأجل منحها لنا؟

ب. الإرتواء...

١- أذكر بعض الأمور التى حصل عليها المؤمن على اساس علاقته الجديدة مع الله:

رومية ٥: ١ ________________

يوحنا ١: ١٢ ________________

يوحنا ٧: ٣٨ و ٣٩ ________________

٢- ما هى بعض المصادر الأخرى التى فيها أيضاً أرواء لقلب المؤمن؟

يوحنا ٤: ١٤ ب ________________

____

متى ٤: ٤

____

____

ج. ليتنا نعتبر...

بحسب جامعة ٢: ١ - ١٠

١- **سليمان الملك:** أية عشرة أمور عملها سعياً وراء الارتواء القلبى؟

بحسب العدد ١١، إلى اية نتيجة توصّل؟

٢- بالمقابل ما هو موقف كل من:

داود الملك؟ بحسب مزمور ٢٣: ١- ٥

ومزمور ٧٣: ٢٥

بولس الرسول؟ بحسب فيلبى ١: ٢١

يوحنا

٤

- من هو:

(　　) سمعوا أن يسوع يُعمد تلاميذ أكثر من يوحنا.

(　　) ينبع إلى حياة أبدية.

(　　) يا سيد لا دلو لك والبئر عميق.

(　　) قابلهما يسوع عند البئر.

(　　) كلمة تكررت مرتين فى عدد ٢١

(　　) يأتيِ بعد أربعة أشهر.

(　　) لم يكن يمتلكه يسوع.

(　　) يزرع وآخر يحصد

(　　) ذهب إليها يسوع بعد السامرة.

(　　) أداة إستفهام فى عدد ٢٧.

(　　) أحد الذين يمزحون بالحصاد.

(　　) موطن خادم الملك

يوحنا

٥



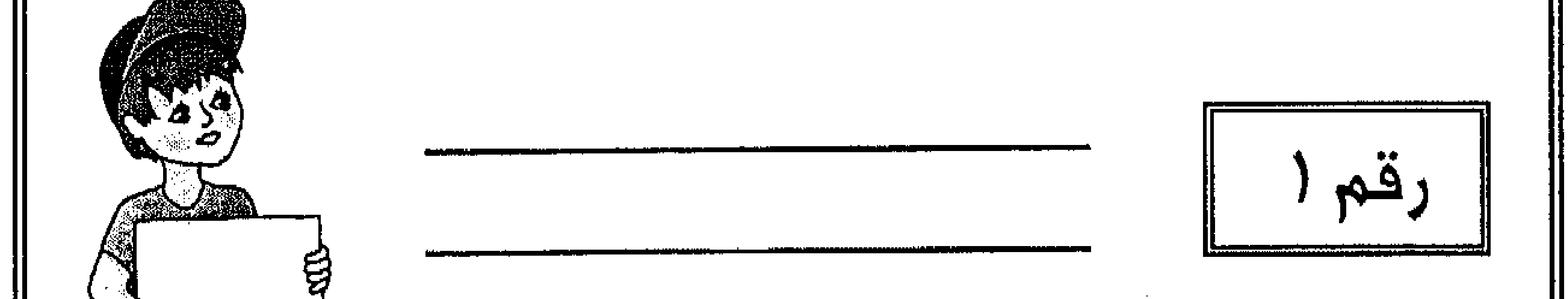
- أذكر موقف واحد ذكُر فى الأصحاح يختص بكل رقم من هذه الأرقام...

رقم ٥ ______________________________

____

رقم ٢٨ ______________________________

____



رقم ١ ______________________________

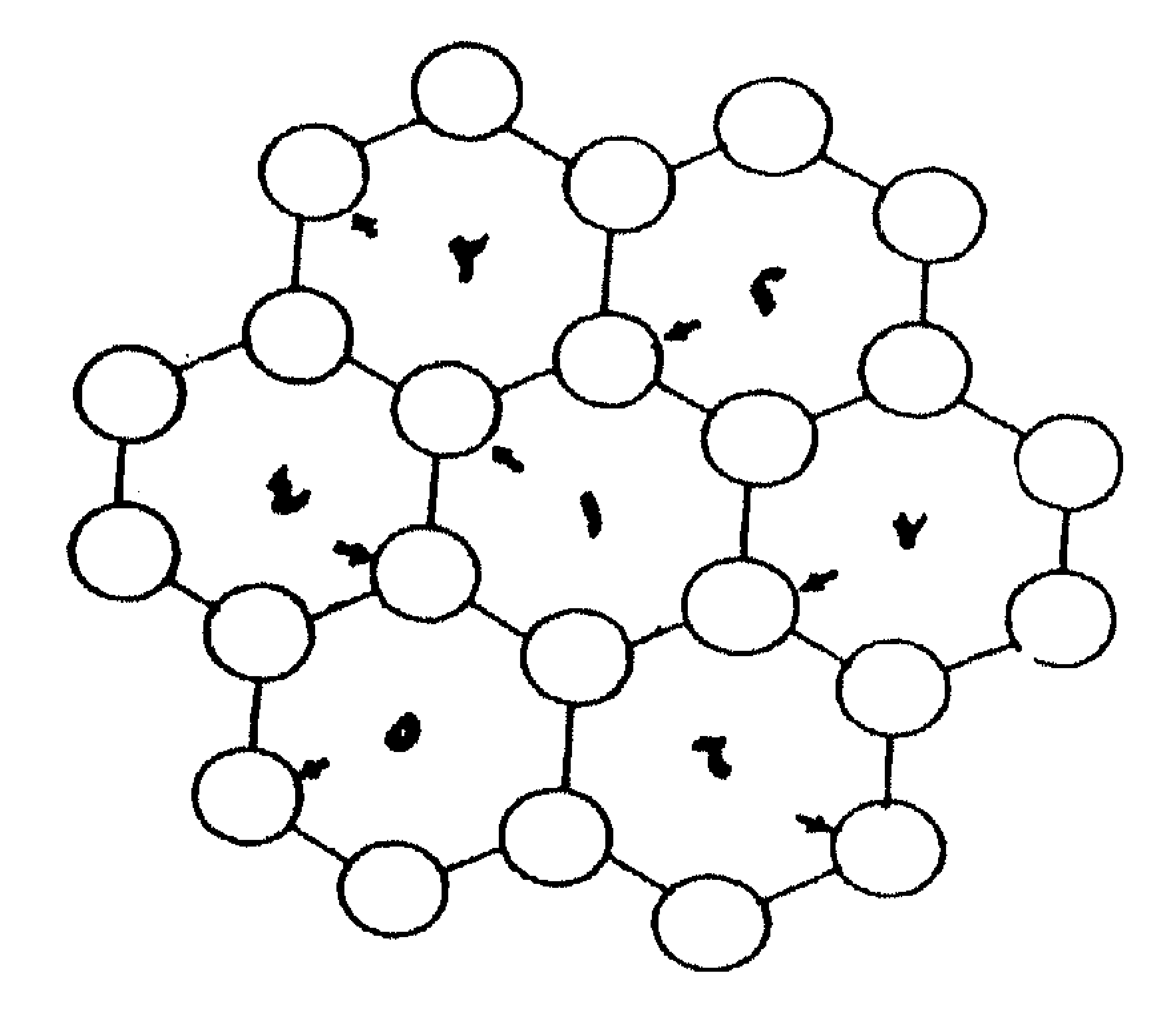
____

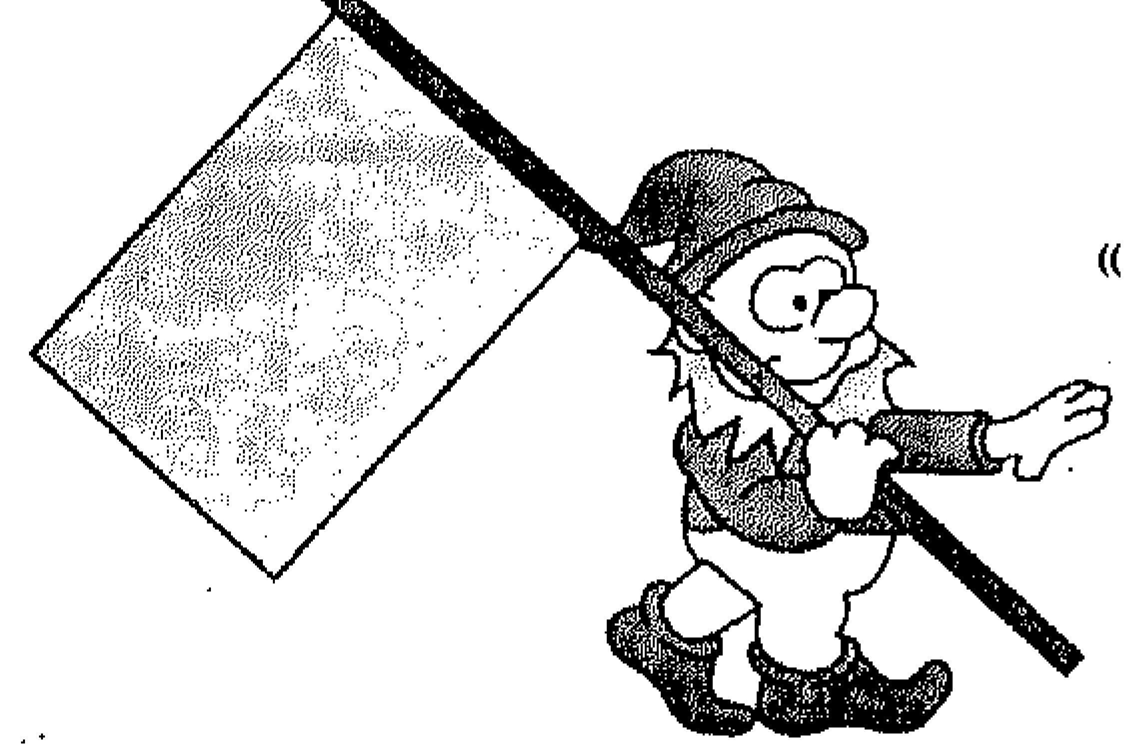
يوحنا



مسالة صعبة جداً...

- تبدأ الكلمة من العاشرة المشار إليها، وتمشى عكس عقارب الساعة.

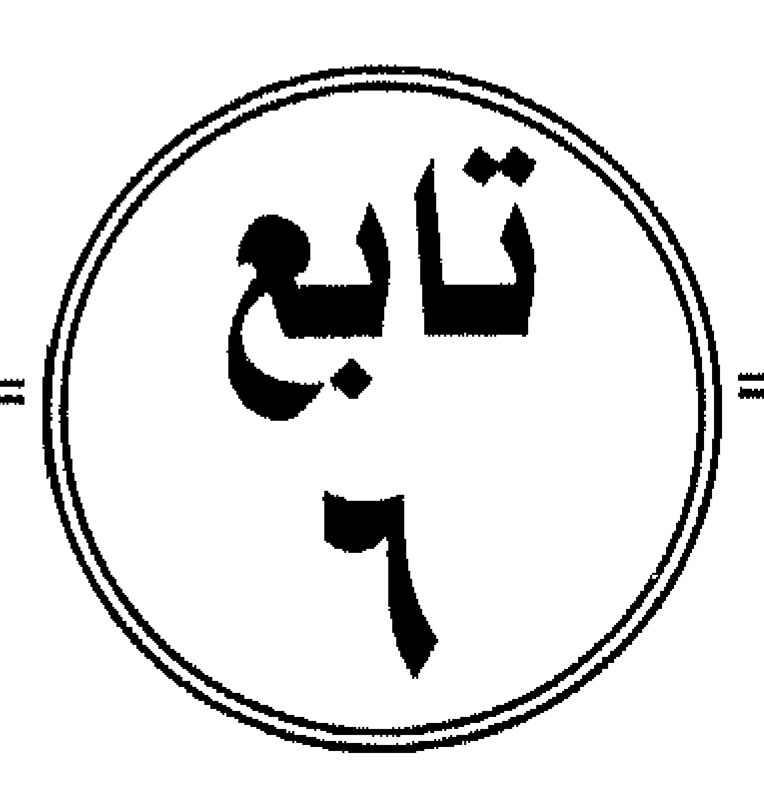




١- مضضه «سيأتى» ومرادف «سريعاً»

٢- شعب إسرائيل.

٣- ترتيب هذا الأصحاح



٤- تنبأ يسوع.. أن واحداً من تلاميذى سوف..................

٥- صفة من صفات الله ذكُرت فى هذا الأصحاح

٦- لون من الألوان يمكنك استنتاجه عندما يتكلم المسيح عن جسده ودمه.

٧- مكان مضى إليه يسوع وتبعه جمع كثير فى هذا الأصحاح.

* والآن.. كم مرة تكرر حرف الألف (أ) هنا (   ) مرات

وهذا الرقم له مدلول فى هذا الأصحاح وهو

....

يوحنا





مَن قائل هذه العَبارة؟

١- ليس أحد يعمل شيئاً فى الخفاء وهو يريد أن يكون علانية (   )

٢- إن وقتى لم يحضر بعد (   )

٣- كيف هذا يعرف الكتب وهو لم يتعلم (   )

٤- من يتكلم من نفسه يطلب مجد نفسه (   )

٥- لا تحكموا حسب الظاهر بل احكموا حكماً عادلاً (   )

٦- أما المسيح فمتى جاء لا يعرف أحد من أين هو (   )

٧- أين هذا مزمع أن يذهب حتى لا نجده نحن (   )

٨- لم يتكلم قط إنسان هكذا مثل هذا الإنسان (   )

٩- ألعل ناموسنا يدين إنسانا لم يسمع منه أولاً (   )

يوحنا



حروف زائدة

● كل جملة من هذه الجمل وردت فى الأصحاح، ولكنك ستجد حرف واحد زائد فى كل جملة.. استخرجه، ثم ضع هذه الحروف الزائدة معاً ستحصل على كلمة:

١- فقال لها يسوع ولا أنا سأدينك. إذهبى ولا تخطئى أيضاً.

٢- إن لى أشياءاً كثيرة أتكلم وأحكم بها من نحوكم.

٣- لأنى فى كل حين أفعل ما يرضيهم.

٤- أجاب يسوع أنا ليس بير شيطان.

٥- لأنى لم آتى من نفسى بل ذاك أرسلنى.

والآن هذه الكلمة هى (   )

وقد وردت هذه الكلمة فى هذا الأصحاح:

(مرة واحدة)   (مرتين)   (ثلاثة مرات)

يوحنا

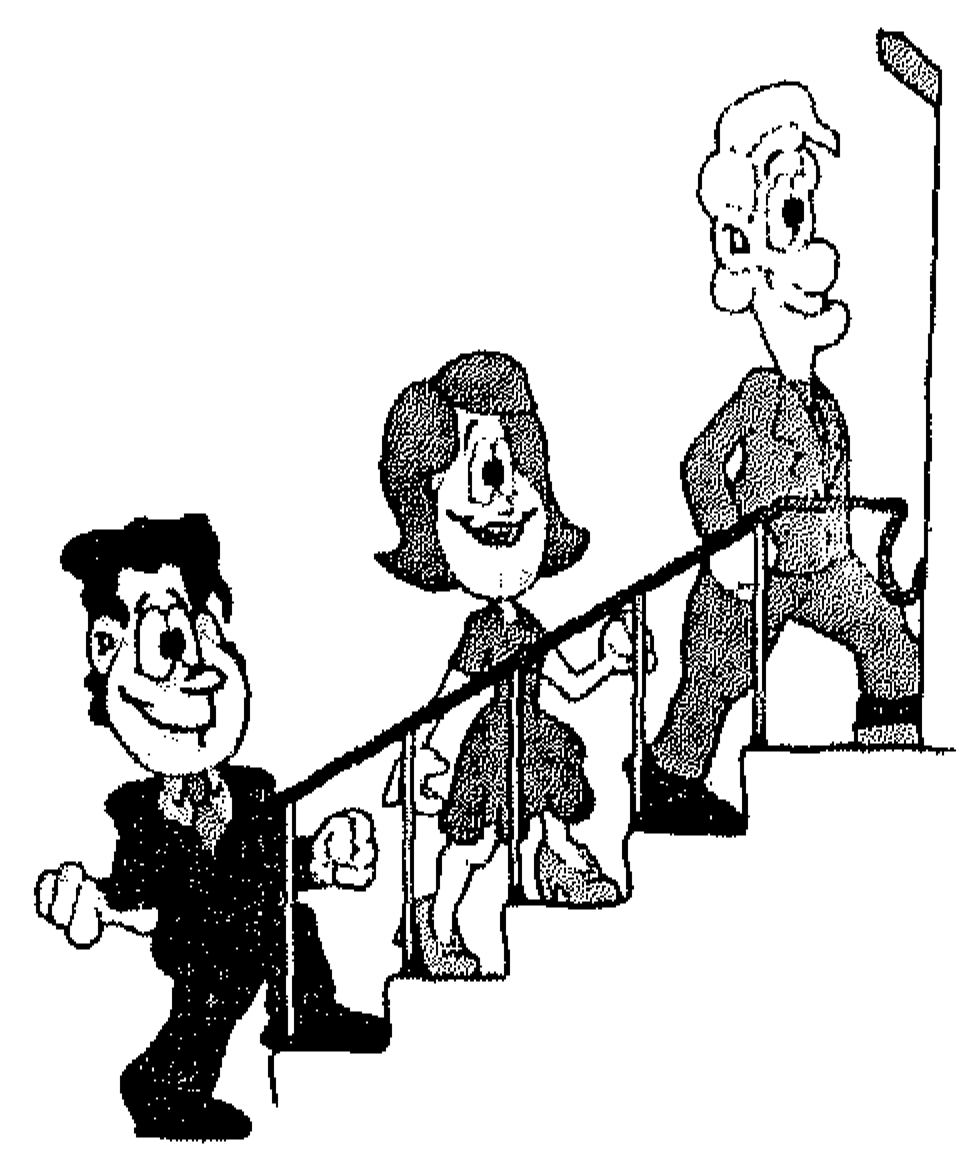


● صِل كل شخصية بالدور الذى قامت به...

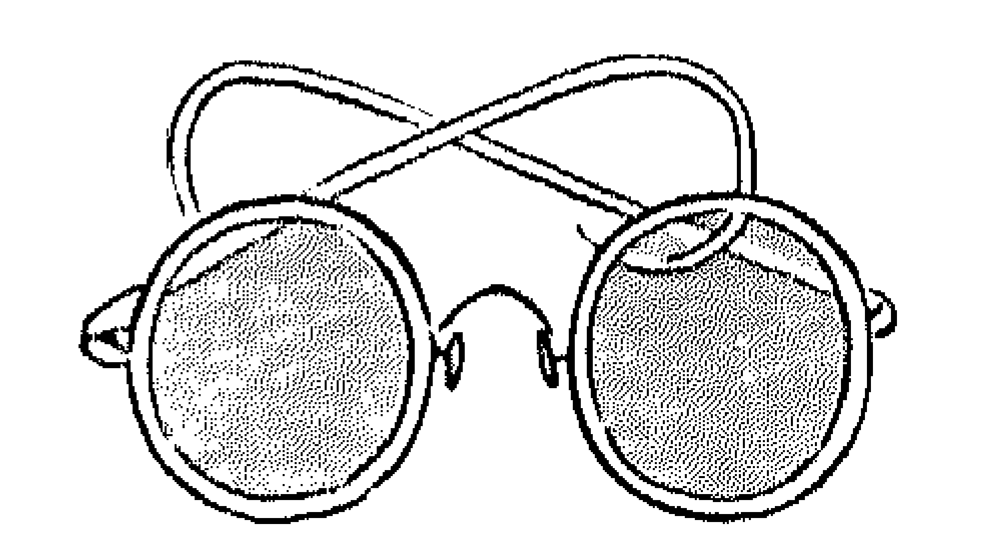
شخصيات وأدوار



الشخصية		الدور
جيران الأعمى	○	تفل على الأرض وصنع طيناً طلى به عينى الأعمى.
الفريسون	○	تشككوا إن كان المبصر هو الأعمى الذى يعرفونه قبلاً
تلاميذ المسيح	○	أنكروا معرفتهما بكيفية إبصار الأعمى
يسوع	○	إعتبر الفريسيون أنهم تلاميذه
أبوى الأعمى	○	قاموا باستجواب الأعمى عن كيفية إبصاره
موسى	○	سألوا المسيح إن كان الأعمى مخطئاً أم أبواه.



مواقف فى حياة أعمى



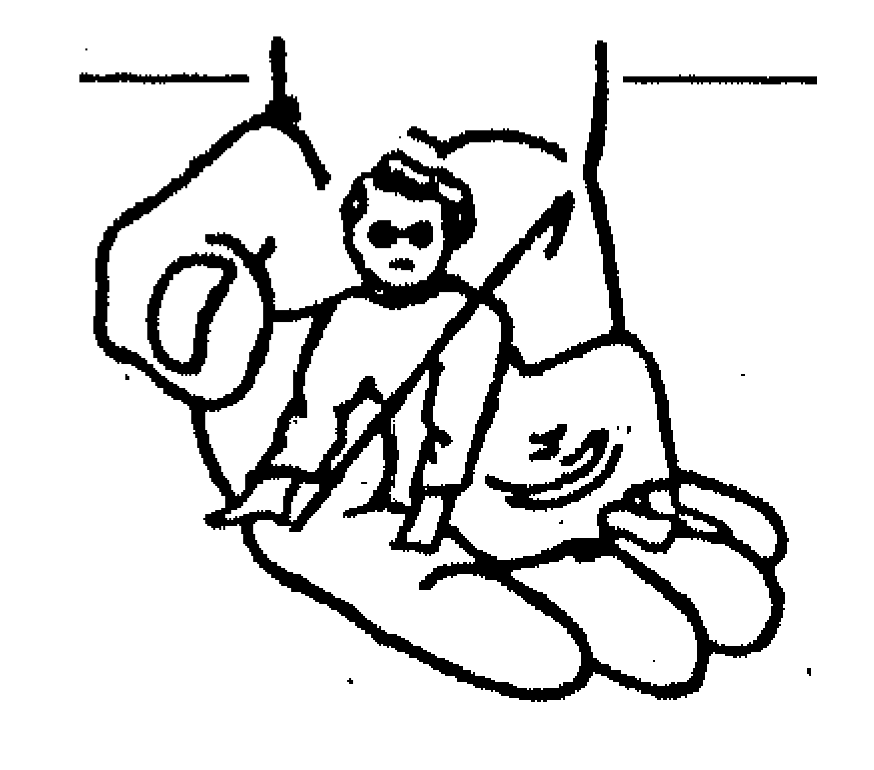
يوحنا ٩

١ـ مواقف متنوعة من حالته (العددان ١و٢)

حاول أن تتخيل نوعية حياته كأعمى إذ تذكر بعض الصفات حولها:

حاول أن تعبّر أيضاً عن موقف الناس بشكل عام منه.

٢ـ موقف يسوع منه (الأعداد ١ - ٧)



عبّر بكلماتك الخاصة عن موقف يسوع منه والمتضمن فى الرسم اعلاه

٣- موقف الجيران والمعارف منه بعد شفائه

(الأعداد ٨ - ١٢) عبّر عنه بكلمة واحدة

٤- موقف رجال الدين منه (الاعداد ١٣: ١٧)

بأى اسلوبب تعاملوا معه؟

٥- موقف اهله (الاعداد ١٨: ٢٣) هل يمكنك القول أن اهله تخلوا عنه إلى حدّ ما؟ وكيف؟

٦- موقف آخر لرجال الدين (الأعداد ٢٤: ٣٢) دون عبارتين اهانوه من خلالهما.

واخيراً ماذا عملوا به؟

٧- موقف آخر ليسوع (الاعداد ٣٥- ٣٧) ماذا يُفيد التعبير «فوجده»؟

٨- موقف هذا الإنسان من يسوع (العدد ٣٨) حاول أن تعبّر عنه بواسطة الرسم.

* * *

يوحنا



كلمة السر..

ر	ا	ل	ع	م	ي	ا	ن	ب	ح
ت	أ	ي	ت	ج	د	ي	ف	ي	س
س	ل	ع	ه	ر	أ	ج	ح	ر	ل
ت	ص	ر	ي	س	أ	ر	ق	غ	ط
م	أ	ف	أ	أ	ر	ه	ج	ل	أ
ع	ل	ن	ل	س	ل	ي	م	أ	ن
و	ح	ي	ب	ي	أ	خ	أ	ه	أ
ن	ب	ي	و	ح	ن	أ	ر	ب	د
ه	ه	ل	أ	ي	ش	ي	ط	أ	ن
ن	س	ح	ب	ه	ص	و	ص	ل	ف

الرقم الأول هو رقم

العدد، والرقم الثانى

هو رقم الكلمة،

إستخرجهما ثم أشطب

حروفها من المربع أفقى

ورأسى أو مائلاً.. ستبقى لك

حروف كلمة السر..

ما هى؟..

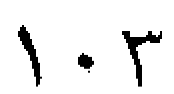


الأرقام:

٢: ٨،٧ / ١: ٢٠ / ٣: ٣/ ٥: ٢/ ٨: ٧/ ١١: ٤/ ١٥: ٤/ ١٨: ١١/ ٢٠: ٥

٢٠: ٩ / ٢١: ١٥/ ٢٣: ٨/ ٢٤: ١٦/ ٣١: ٤/ ٣٣: ١١/ : ١٠/ ٣٥: ٣

٣٦: ١٤/ ٣٣: ٨



ندوة عن تساؤلات الشباب

(قضايا شبابية وعقيدية)

الندوة المفتوحة تتيح للشباب والشابات اختيار الموضوعات التى تشغلهم وتقلقهم. وهى تريحهم، لأن النقاط التى ينتظرون أن يستمعوا إليها فى الدروس قد لا يتم تناولها أو طرقها فى البرنامج الدراسى بالكنيسة. وتظل هذه الساؤلات تشكل عاتقاً أمام استيعاب الفتيان والفتيات للمعلومات الجديدة أو للدراسات المتقدمة.

وهذه الندوة تهدف إلى إزالة عقبات الاستقبال من أمام الدراسين. وذلك بطرق المواضيع التى تلح عليهم أو تواجههم فى الوقت الحاضر.

خطوات إدارة الندوة:

١- إحضر متحدثاً مختبراً، أو إثنان، يتوسطهما مذيع أو مقدم البرنامج.

٢- إبدأ الندوة بتأمل دقيقتين فى آيه عامة، أو حدث طريف، أو قضية واقعية. مثل **"من يشرب من هذا الماء يعطش"، "من يتبعنى لا يسير فى الظلام"، "أتبعك حيثما تمضى"، "كيف يمكن أن تتبع الرب يسوع؟** «إلخ.. وأترك المجال مفتوحاً للفكر والتأمل و التساؤل. وزع أوراقاً وأقلاماً على الحاضرين.

٣- إجمع الأسئلة، وقم بالترنيم حتى يستطيع المتحدثون تصنيفها إلى:ـ

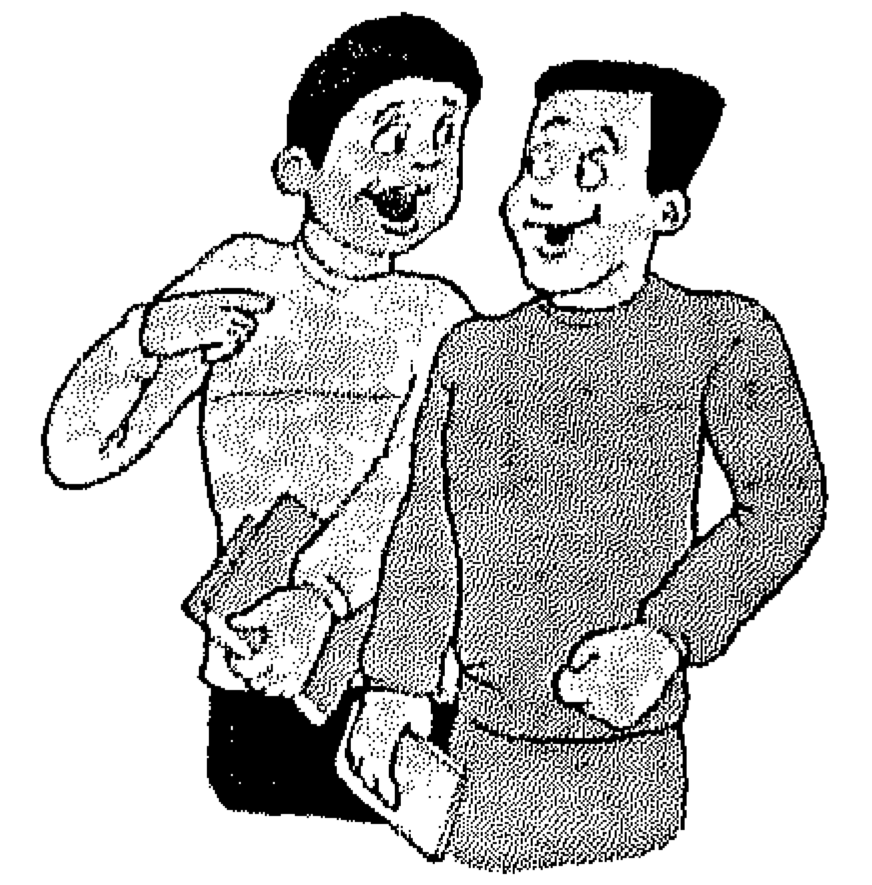
موضوعات عقيدية	موضوعات شبابية	موضوعات متنوعة أو أقل أهمية

٤- يمكنك فى نهاية الإجابة على كل مجموعة فتح مجال للحوار الشفوى لمدة ٥ دقائق فقط.

٥- إنهى الندوة بصلاة إرتجالية طالباً من الرب حل التساؤلات المحيرة ومساعدتنا على التغلب على المشكلات الملحة.



الصديق المفضل



تمهيد:

أنت صديقي لقد ولدت فى حياتي ،

مثل غصن حي ،فى آخر الفصل.

والآن أنت الشجرة التي تعطيني، بدون حساب ،

زهورها وثمارها.

أنت صديقي.

لقد ولدت فى حياتي ،

قصبة برية من ربيع جديد.

ومنذئذ، فأنت الناي الذى يصدح، بدون انقطاع ،

لزيادة غبطتي ،

أنت صــديقي.

اليوم نحن يد بيد، نخطو مــــعاً

على دروب الهدى.

الآن، أنت حياة حياتي

أنت صديقي



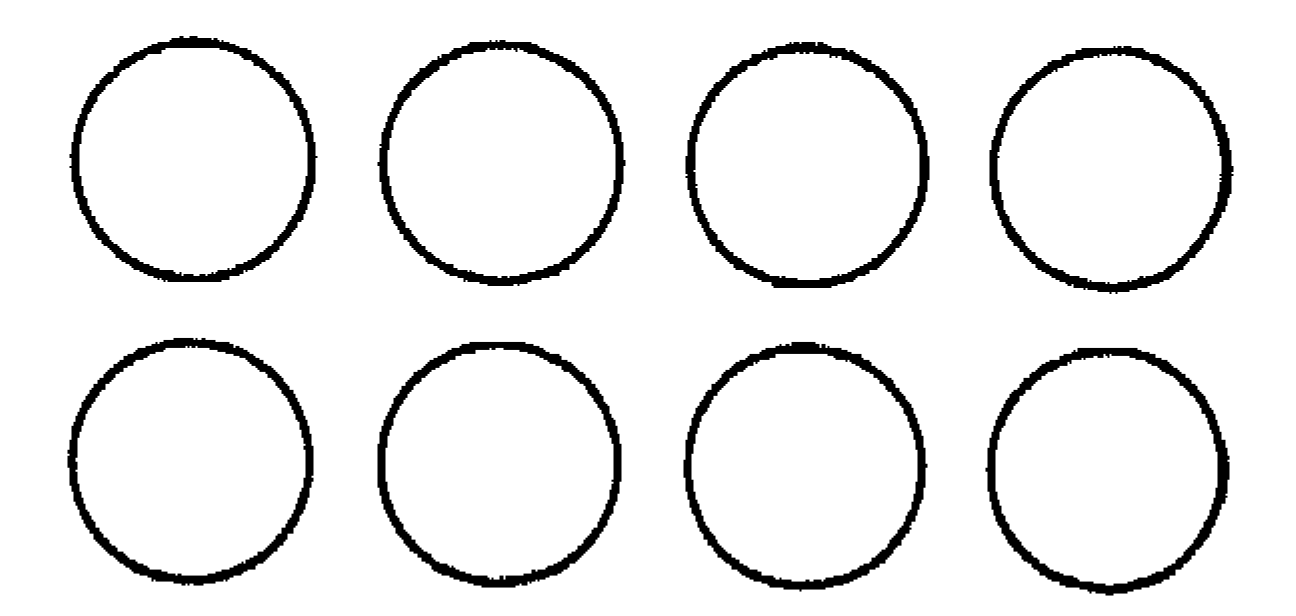
الثقة عامل هام فى توطيد أواصر الصداقة..ولكنها لا يمكن ان تنمو هكذا بين يوم وليلة.. أنها تختبر وتختبر وفى النهاية تصبح أكثر قوة حتى من الظروف والعقبات استخدم هذا التمرين مع فصلك لتساعدهم على فهم أهمية الثقة فى صداقاتهم:

- **إقسم الفصل إلى مجموعات كل مجموعة تتكون من اثنين.**
- **إعصب عيني واحد من كل مجموعة.**
- **تقرأ إرشادات عامة يتبعها التلميذ المغمى عينيه.**
- **أما الأخر « الذى فى مجموعته « والذى يرى، سيقود المغمى إما بمسك يده أو بالكلام معه لكي لا يصاب بأذى.**

يجب ان تكون إرشاداتك سهلة إذا كنت فى فصل، مثلاً: لف شمال... أو يمين، سر للأمام ٤ خطوات، لف حول نفسك ثلاث مرات.. سر على ركبتيك وذراعيك، أو أقفز مكانك، أقفز للخلف ،.. وهكذا.

يمكنك أيضاً تحديد هدف ليصلوا إليه.. أو تكون الحركات هى الهدف فى حد ذاتها ،ثم بعد ذلك يقوم الشريك الآخر بنفس ما فعله الأول، ناقش معهم مشاعرهم أثناء هذه اللعبة ... وقارن مشاعرهم هذه مع المشاعر المطلوب ان تكون موجودة فى الصداقة.

لعبة السقوط فى يد الصديق



أقسم فصلك إلى صفين بحيث يقف كل شاب ووراءه شاب آخر وينظر كليهما فى اتجاه واحد. أطلب من الشاب فى الصف الأول أن يلقوا بأنفسهم إلى الخلف. وأطلب من الشباب الذين يقفون فى الصف الخلفى أن يسندوهم حتى لا يسقطوا. إن الثقة فى الصديق الذى يقف وراءك هي التي تجعلك تلقي بنفسك. ناقش مشاعرك مع زملائك.

مقدمة: أختر أحد هذه الألعاب

ألعاب جماعية

(١) اشترك مع مجموعة من أصدقائك فى مناقشة كيف خلقنا الله لنكون اجتماعيين. ثم أطلب من المجموعة أن يقفوا معاً فى وسط الحجرة. استبعد كل الأشياء الموضوعة فى الحجرة لتصير فارغة. أخبر أصدقائك أنهم سوف يشتركون فى لعبة عن الانتماء. وأخبر واحداً منهم ليمثل دور «هو» (تأكد أنه شخص محبوب من الجماعة) يقف «هو» بعيداً عن الجماعة. ثم تصنع المجموعة دائرة ويضع كل منهم ذراعه فوق كتف زميله. أطلب من «هو» أن يحاول ان يدخل الدائرة وأطلب من المجموعة أن لا تدخله وأن تتركه خارجاً. عندما يدخل «هو» الدائرة أطلب من المجموعة أن تصفق له وترحب به. أفعل نفس الشىء مع ثلاثة أشخاص. ثم أسأل هذه الأسئلة:

ماذا كلن شعورك حين كنت تحاول ان يظل «هو» خارج الدائرة ؟

- إذا كنت أنت نفسك «هو» ماذا سيكون شعورك وأنت خارج المجموعة؟

- ماذا شعرت عندما دخل «هو» إلى المجموعة ؟ وإذا كنت أنت «هو» ماذا سيكون شعورك وأنت تدخل المجموعة؟

ماذا يحدث للعالم إذا فشل الناس فى أن يتصلوا بعضهم ببعض ويخالطوا بعضهم البعض؟

(٢) ألعب مع مجموعتك لعبة الكراسى الموسيقية المعروفة. تنتهي اللعبة بعد أن يكون كل فرد فى المجموعة لم يوفق فى اللعبة فى الحصول على كرسى ولو لمرة واحدة

علق فى النهاية على أن كل فرد منا لابد أن يكون قد عانى مرة فى موقف ما من مشاعر الرفض من الآخرين، ويمثله موقف من لا يجد كرسيا فى اللعبة.

ولكن فى كل مرة يحاول هذا الشخص كل جهده أن يعود مرة أخرى إلى اللعبة وأن يحصل على كرسياً فى المرة القادمة.

وتكون الخلاصة هي ان فى الوقت الذى يشعر أى منهم أنه وحيد وأنه قد عزل عن مجموعة أصدقائهم، عليه أن يسعى بجهد أكبر للعودة مرة أخرى.

(٣) قسم فصلك أثنين أثنين، وأطلب من أحدهما أن يمثل دور صحفى، والآخر من توجه له الأسئلة ويقوم الصحفى بطرح الأسئلة الآتية:

ـ ما الذى تود عمله لتصبح عضواً فى مجموعة، أو لكى يكون لك صديق مخلص ولا تكون وحيداً ؟

ـ من هو اكثر شخص اجتماعى محبوب تعرفه ؟

ـ لماذا تعتقد أن هذا الشخص محبوب ؟

ـ هل تعرف شخصاً ما وحيداً ؟

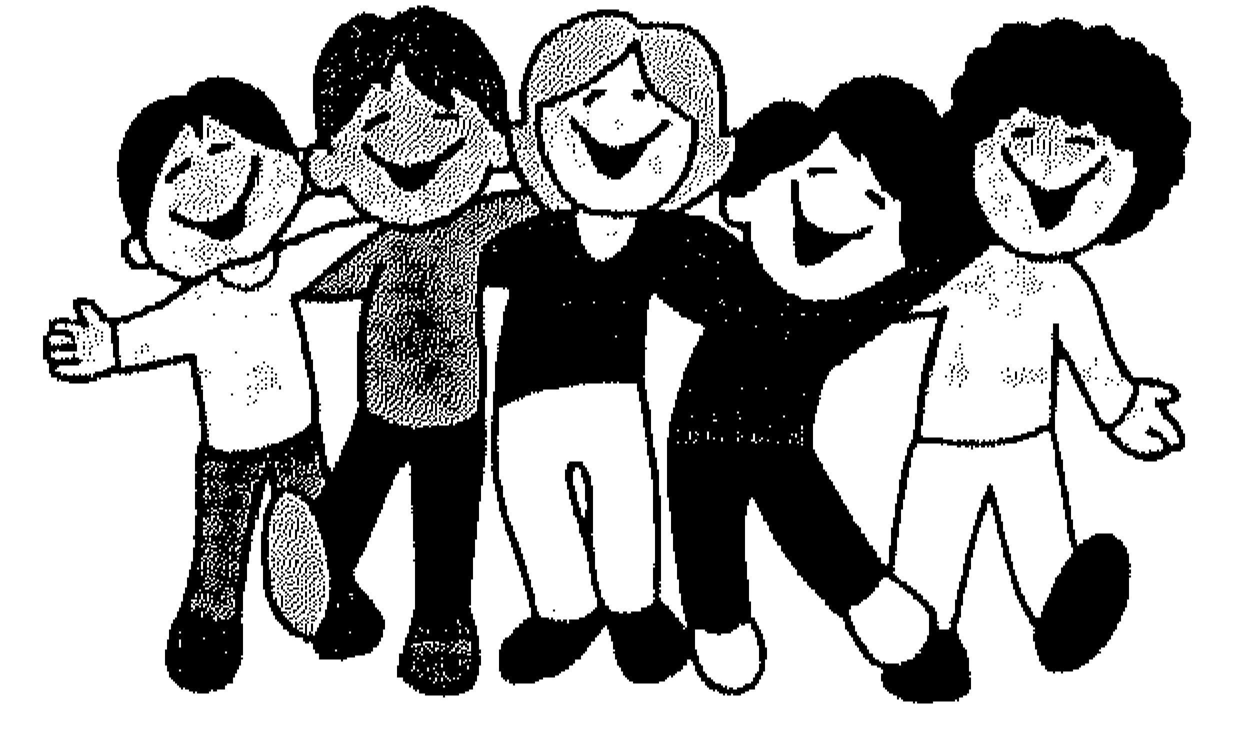
ـ لماذا تعتقد أنه وحيد ؟

ويحاول الصحفى وزميله أن يكتبا معاً فقرة جيدة عن صفات الشعور بالوحدة، وعكسها، الشعبية والروح الاجتماعية وأثرها على الصداقة. أو يقوما بتسجيل شريط كاسيت عن هذا الموضوع.





إكـرام



انهمك (إكـرام) فى قـراءة كتاب مغامرات، بينما دخلت أمه عليه غرفة المعيشة، كانت تظن أنه لا يوجد أحد بالمنزل، ولكنها انزعجت من صوت قلب الصفحات المفاجئ فى هذا السكون.

«إكرام! إنك تفاجئني! لم أكن أعرف أن أحدا بالمنزل. ما الذى تفعله بالمنزل هذا اليوم الصيفى الجميل، أعتقد من الافضل أن تلعب مع باقي الأولاد خارجاً».

«ياه يا ماما، إن هذا الكتاب رائع، ولا أستطيع أن أنتظر حتى أنهيه. كنت أفكر كيف ستكون النهاية وتصورتها أمامي، ولكن الأحداث تحولت تماماً وأصبحت لا أتوقع كيف تكون نهايته. أمى أنا لا أريد شيئاً إلا أن أكمل قراءة هذا الكتاب الآن.. «ولكن أنت ليس لديك أصدقاء. إذا ظللت هكذا داخل المنزل لا تفعل شيئا غير القراءة، لن يكون لك أصدقاء لابد أن تخرج من المنزل وتشاركهم أحاديثهم وألعابهم».

فكر «إكرام» فى هذه النصيحة قليلاً ثم أجاب: «ماما أنت تعلمين أنني أفضل القراءة عن أى شئ آخر. لماذا تدفعيني دائما لعمل صداقات؟ فأنا أعرف بعض الأولاد فى المدرسة وأتحدث إليهم. ونحن بالطبع، نقضى الجزء الكبر من حديثنا فى مناقشة ما قرأناه من كتب».

أسئلة:

١- من كان على صواب، إكرام أم أمه ؟

٢- ما هو السبب الذى جعل إكرام يقرأ كثيراً ؟

٣- هل من المهم حقاً أن تقضى وقتاً كبيراً خارج المنزل؟ لماذا أو لم لا ؟

٤- لماذا يعيش إكرام معظم حياته داخل نفسه؟

٥- هل تعتقد أن « إكرام» سعيد وراض عن حياته؟

وضعت **نانسى** (١٤ سنة) سماعة التليفون واستدارت نحو أختها (أمانى) وبمجرد أن بدأت تقول لها شيئا، رن جرس التليفون مرة أخرى.

رفعت (**نانسى**) السماعة وبدأت تتحدث وتتحدث، وبعد ١٥ دقيقة أخرى وضعت سماعة التليفون مكانها، واستدارت (أمانى) التى كانت منهمكة فى مشاهدة برنامجا تليفزيونيا لتحدثها.

رن جرس التليفون مرة أخرى وكانت المكالمة (**لنانسى**) وهكذا أستمر الحال حتى وقت الغذاء، حين وصل والداها إلى المنزل عائدين من عملهما. وقد قاما بنزع (فيشة التليفون) مؤقتا ليستمتعوا جميعا بغذاء هادئ. وبعد الانتهاء من غسل الأطباق، رن جرس التليفون ثانية. وفى الوقت الذى لم تكن (**نانسى**) تجيب عن إحدى المكالمات فإنها كانت تجرى اتصالا هي بنفسها على الموبيل وهكذا. وفى غضب شديد، أضطر الأب إلى نزع (فيشة) التليفون مرة أخرى، وطلب من نانسى الذهاب إلى حجرتها لعمل الواجب المنزلى وترك الموبايل.

أمانى

انتهت (**أمانى**) من واجباتها وخرجت للحديث مع والديها عن امتحاناتها ونتائجها، وعن الكلية التى تنوى الالتحاق بها. سألها والدها عن رأيها فى حياة أختها (نانسى) ومكالمتها التليفونية.

قالت (**أمانى**): أنا لا أفهمها مطلقا يا أبي. فهي لا تفعل شيئا فى المدرسة سوى أن تتحدث وتتحدث مع صديقتها، وحتى أثناء الحصص. وكثيرا ما يوبخها مدرسوها بسبب هذا. ودائما يوجد حولها مجموعة كبيرة من البنات، وقد يحدث فى يوم من الأيام أن تجد نفسها وحيدة فى حجرة فى منطقة نائية وسوف يدفعها هذا إلى الجنون.

أسئلة:

١- هل تعتقد انه يمكن لأى شخص أن يقضى وقتا طويلا جدا مع الآخرين؟

٢- هل نعتقد أن نانسى تعيش حياتها بصورة سليمة؟

٣- ما هو نوع الناس الذى كثيرا ما ينتقد الشخص الاجتماعي؟

٤- هل تشعر أحيانا أن الصحبة (مجموعة الأصدقاء) أهم من أى شئ آخر؟

وضع أهداف لتقوية الصداقة

أطلب من تلاميذك أن يقترحوا خمسة أهداف يمكنهم عملها هذا الأسبوع لتحسين صداقة ما. والى جانب كل هدف من الخمسة أطلب أن يضعوا التاريخ والزمن الذى يمكن أن يحققوا فيه هذا التحسن. تعاهدوا معا على العمل على إحراز هذه الأهداف .

تدريب على الصداقة

١- من من الناس فى حياتك يحتاج إلى بذل مجهود منك حتى تستطيع أن تحبه؟ أو بمعنى آخر أى العلاقات فى حياتك تحتاج إلى مجهود أكبر منك؟

....

٢- أى العلاقات فى حياتك عادت عليك بنفس الحب الذى بذلته فى صنعها؟ أكتب قائمة بها؟

....

٣- أى العلاقات لم تأت بنفس الحب الذى أعطيته؟

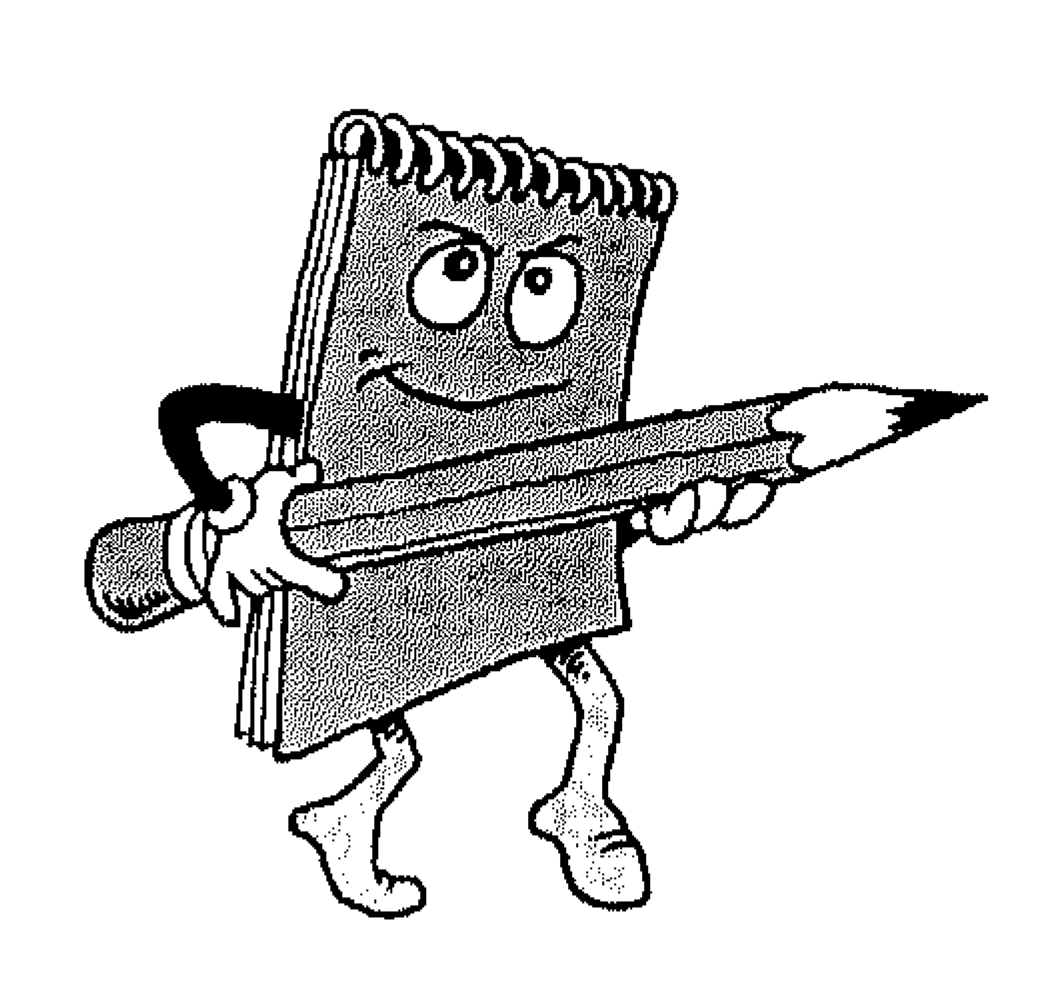
....

٤-ما هو شعورك حينما تعطي حبا أكثر مما تستقبل ؟

....

٥ - ما الذى يمكن عمله لتحسين علاقات المحبة ؟ اقرأ ١ كو ١٣

....





الصداقة مرآة نفسك

هذا التدريب يجعلك تقيس بعض مشاعر الصداقة فى داخل الفصل، فتشعر بإعجابك وحبك للآخرين ببعض صفاتك، مما يساعدك على معرفة وقبول نفسك.

أعط لكل واحد من تلاميذك ورقة وقلم. وأطلب من كل واحد أن يكتب أسمه (أو أسمها) أعلى الورقة. ثم أطلب من كل منهم أن يعطى الورقة لمن يجلس عل يمينه. هذا الشخص عليه أن يكتب صفة حسنة من صفات صاحب الاسم المكتوب أعلى الورقة، وتكون إحدى الصفات التى يحبه أو يقدره بسببها، ثم يعطيها للجالس عن يمينه حتى يحصل كل فرد على الورقة التى تحمل اسمه. ويمكنك أن تطلب من كل واحد منهم أن يقرأ الأسباب التى من أجلها يكون محبوباً ويحظى بالتقدير والاحترام.

ناقش هذه الأسئلة:

- ما هو شعورك وأنت لا تعلم ما يكتبه الآخرون عنك؟
- ماذا تشعر حين تكتب شيئا تحبه عن كل واحد من مجموعتك؟ هل كتبت شيئا سخيفا؟.
- هل تشعر بالمسئولية تجاه الشخص الذى تكتب صفاته؟
- ما هو شعورك وأنت تقرأ الورقة؟
- كيف يرتبط هذا بما جاء فى (أفسس ٢: ١٠).

أطلب من كل فرد فى المجموعة أن يكتب فى ورقة أسماء ثلاثة أشخاص يمكن زيارتهم والتعرف عليهم خلال الأسبوع القادم، وأن يكتب شيئا واحدا يمكنه عمله من أجلهم.

مناقشات واقعية



فى هذا التمرين يستعمل التلاميذ لعب الأدوار فى مناقشة المشكلات التى يمكن أن تتراكم فى علاقات الصداقة بين الشباب، يمكنك أن تطلب من تلاميذك أن يقدموا اقتراحاتهم عن تلك المشكلات، أو يمكن أن تستعمل بعضا من المشكلات التالية:

- والدى يكرهان أصدقائي .
- أى صديق أفضل من لا شئ.
- أود لو لأضحي بأى شئ من أجل صديق مخلص .
- لماذا لم أجد صديقاً حقيقياً حتى الآن ؟
- صديقى يسبب لي دائما مشكلات كثيرة .
- أتمنى أن أستطيع أن أنفصل عن صديقي .

أكتب عن أفضل أصدقائك

شجع تلاميذك على مناقشة المشكلات التى تزعجهم وتقلقهم فى علاقات الصداقة التى يعيشونها حاليا. أو أطلب منهم أن يتذكروا علاقة صداقة جيدة كانوا يعيشونها فى طفولتهم. لا تجبر أحدا على الاشتراك فى المناقشة، بل وشجع الجميع برفق.

لا تحاول أن تمثل موقفا خياليا أو نظريا لأن هذا يشكل صعوبة، ولكن إذا كان الموقف حقيقيا فإن المحادثة والحوار يسيران بسهولة.

احرص على عمل جلسة هادئة، وأعط كل واحد من تلاميذك ورقة أو نوتة صغيرة وقلماً.

بعض الشباب لم يجربوا قط أن يكتبوا مذكراتهم يومياً، والبعض الآخر يكره تماما كتابة أى شئ فى أى وقت .

لا تضع شروطاً للكتابة من حيث الأسلوب أو عدد الأسطر حتى يتشجع الجميع ويشتركون

تعد أفضل الكتابات هي تلك التي تتم بحرية تامة وبدون أى ضغوط. أوعد أفراد فصلك أنك لن تقرأ مذكراتهم أبداً. ولكن يمكنهم أن يشاركوا باقى زملائهم حين يريدون. أقنعهم بان الكتابة هى مجال للالتقاء بالمشاعر الحقيقية، للتمنى ،للاستكشاف، للتعبير عن مشاعرهم وكذلك للشكر .

ولإكساب الجلسة قوة دفع فى البداية، أطلب من كل منهم أن يكتب فقرة عن أفضل أصدقائه (إذا كان لديه) أو عن الصديق الذى يتمناه، أعطهم من الوقت ما يحتاجون. وعندما يقتربون من الانتهاء من الكتابة أسألهم أسئلة قصيرة مثل «هل كان هذا العمل صعبا عليك؟ «هل تخيلت الشخص فى ذهنك بينما كنت تكتب عنه؟» «هل اكتشفت شيئا جديدا عن صديقك أو صديقتك وأنت تكتب عنه ؟».

استخدم هذه الجمل المفتوحة والأسئلة لاستكمال جلسة كتابة المذكرات ولمراجعة الأفكار، اكتبها على السبورة بخط واضح ليراها الجميع:

١ـ أنا أحب نفسي كما خلقني الله أنا متميز لأن ....

٢- ما هي الأشياء أو الصفات التى أتميز بها ومن أجلها يحبني الآخرون؟

٣- ماذا تعني هذه الجملة: «لكى يكون لدى صديق، على أن أكون صديقاً؟»

٤- متى تنتهى علاقة صداقة؟

٥- ماذا يمكننى أن أفعل إزاء علاقة صداقة غير مفيدة ؟

لماذا يعدم بعض الناس الأصدقاء؟

يحتاج هذا المشهد القصير إلى أثنين من الممثلين أو الممثلات، لا يشترط وجود خبرة سابقة في التمثيل، ولكن يكفي وجود القدرة على قراءة الكلام بشيء من التشويق والمبالغة والاندماج أمام الآخرين.

أطلب من الممثلين أن يقفوا أمام المجموعة، ويستحسن أن تكون الحجرة متسعة لتسمح بحرية الحركة للممثلين:

إيمان: (تتحدث بصوت هادئ) صباح الخير يا أمى

الأم: صباح الخير يا إيمان فطارك جاهز

مبروك اليوم أول يوم تذهبي فيه إلى المدرسة الثانوية

هل سيمر عليك أحد من أصدقائك ليذهب مـــعك ؟

إيمان: لا أعتقد . فلم يعدنى أحد بهذا ولذا فإننى سوف أتمشى وحدى.

الأم: ياه، إن الطريق طويل جدا و سوف يكون السير وحدك مملاً.

إيمان: لا يهمني طول الطريق .فلدى أشياء كثيرة أفكر فيها أثناء سيرى فلا أشعر بطول المسافة.

الأم: لكنى أعتقد انه من المفضل والأمتع لك أن تجدى أحدا تتحدثين إليه.

إيمان: أنا أعرف هذا، ولكنى لا أجد أحدا يود الذهاب معى، ولذلك فأننى سوف أنسى رغبتى فى أن يكون لى صديقة.

(يقول الراوى هذه الكلمات):

انتهى الإفطار وودعت إيمان والدتها وسارت إلى مدرستها بخطوات بطيئة وكأنها حزينة، وفى أثناء سيرها كانت ترى مجموعات من الأطفال والشباب فى طريقهم إلى مدارسهم يناقشون ويضحكون ويدفعونها إلى جانب الطريق دون أن يلاحظوها.

إيمان (تتحدث إلى نفسها):

إنهم حتى لم يروني ! إنني حية ! إنني أزن ٥٥ كيلو جراما، وأنا جميلة المنظر ومتفوقة فى دراستي، وأنا بالتأكيد لست مكروهة. ورغم ذلك لم يلاحظني أحد، لماذا أنا وحيدة طول الوقت ؟

فى نهاية هذا المشهد التمثيلي، أسأل الأسئلة التالية لنبدأ بها مناقشة عن الشعور بالوحدة، والثقة بالنفس، ومدى شعور المراهق بالمسئولية عن حياته الخاصة.

ـ صف نظرة لإيمان لنفسها ؟

ـ هل تعرف أحدا مثل إيمان؟

ـ هل سبق لك أن شعرت مثل شعورها؟

ـ لماذا – من وجهة نظرك – تتصرف إيمان بهذه الطريقة ؟

ـ ما الذى كان يجب على إيمان أن تفعل ليقل شعورها بالوحدة، وحتى تكتسب صداقات؟

ـ ما هو السبب فى نظرك فى أن إيمان ليس لديها مجموعة أصدقاء ؟أو حتى صديقة واحدة مقربة ؟ وما الذى تعتقد أنه سوف يحدث لإيمان ؟

من الممكن أن تكون شخصية إيمان حقيقية فهى تعيش فى كل مدرسة – وبأعداد كبيرة. فهى تمثل المراهقة التى لم تستطيع أن تنتقل من عالم الطفولة بصداقاتها إلى المراهقة بصداقاتهما المتميزة بكثرة التغير والتنقل بين الأصدقاء.

ومن الواضح أن القول الإنجليزى القديم (كن صديقا تحصل على صديق) صحيح وحقيقي تماما. عندما كانت إيمان صغيرة كان والداها يختاران لها أصدقائها، ولكن عندما كبرت أصبحت مسئولية اختيار الأصدقاء وتعميق العلاقات مع الآخرين تقع على عاتقها. لكننا نلاحظ أن إيمان تبذل مجهوداً ضئيلا لتؤكد وجودها الاجتماعي ودخولها ضمن علاقة صداقة.

الصديق المفضل

استعمل الأسئلة التالية لإدارة مناقشة عن «الصديق الوفى» وعن الصداقة بصفة عامة. يمكنك كتابة الأسئلة على السبورة أو يمكنك كتابتها على ورقة وتصوير نسخاً منها بعدد أفراد فصلك، قبل ميعاد المناقشة. ويمكن أن تكون الإجابة عنها كتابة نظرا لصعوبة الإجابة عن بعضها.

للخادم

قد يحرج بعض التلاميذ ويحجمون عن المناقشة. فإذا فضل تلاميذك إلا يناقشوا بعض الأسئلة، فأطلب منهم كتابة الإجابات فى أوراقهم. أما إذا استعملت المناقشة فنفضل أن تتم هذه فى مجموعات صغيرة.

أذكر موقفا حرجا أو سوء تفاهم حدث بينك وبين صديقك المقرب

....

....

ما هى أفضل الأمور فى علاقتك مع صديقك المفضل؟

....

....

ما الذى تتوقع أن صديقك يعتبره عيبك الأكبر؟

....

ما هى مميزات صديقك المفضل؟

....

....

هل هذه المميزات تغطي على العيوب؟

....

....

أى الأصدقاء يبدوا الأهم لك الآن؟

....

....

يمكنك الآن ان تحدد مواصفات شخصية «صديقك المفضل» ضع علامة (√) على ١٠ صفات تهمك من الآتى:

+ مرح وخفيف الظل.

+ نحيف الجسم.

+ يضحى بنفسه من أجلك.

+ مصروفه كبير.

+ واسع الصدر ولا يسرع لخصامك بمجرد ان تخطئ.

+ درجاته عالية فى المواد الدراسية.

+ مستعد دائما أن يساعدك وقادر على ذلك.

+ يظل وافياً لك حتى لو ظلمك الجميع.

+ مستعد أن يذهب معك فى أى مكان.

+ جميل المنظر.

+ فيه الحنان والحزم معاً.

+ يعرفك من مدة طويلة.

+ قوى الشخصية إلى درجة التسلط.

+ يهتم أن تكون فى أحسن حال.

+ مثقف ويحب الاطلاع.

+ يجيد نفس الهواية التي تحبها.

+ يفهم احتياجاتك ومشاعرك بسرعة.

لو طلب منك ان تقيم صديقك المفضل بأن تعطيه درجة من «١٠» فى كل من الصفات السابقة. كم تكون نسبته المئوية ؟

ماذا تظن السبب فى عدم مثاليته؟ حظك التعس يجعلك دائما تقع مع أصدقاء غير مثاليين؟

ـ سوء الخلق؟

ـ عدم كمال البشر عموماً ؟

من هو الصديق المفضل الذى ينال ١٠٠ ٪

الله يعــرف احتيــاجك لــذلــك أوصانا أيضــاً بهذا الأمر فى سفر الجامعة «٤: ٩-١٢» وللأسف كتب هذه الآيات بدون النقط على الحروف. ولكنك تستطيع وضع النقط بقليل من التفكير

اىىان أفصل من واحد لأن:

أن وٯع أحدهما ىعىمه رڡىٯه ووىل لمن هو وحده أن وٯع إد لىس له ىان لىعىمه.

أىصا عىد اصطحع اىىان يكون لهما دڡء أما الواحد فكىڡ ىدڡأ.

وان علب أحد على الواحد ىٯڡ مٯاىله الاىىان

أقرا الآيات السابقة. ثم استنتج ثلاثة مواقف مفيدة للصديق وتطبيقاتها العملية.

بالرغم من انه من الممكن أن يكون لك أصدقاء كثيرون، ولكن توجد مواقف تحتاج فيها بالذات إلى «صديقك المفضل» ضع علامة (√) على هذه المواقف:

- ❖ عندما تود ان تلعب لعبتك المفضلة.
- ❖ عندما تحتاج ان تقترض نقوداً.
- ❖ عندما تشتد بك الرغبة فى البكاء.
- ❖ عندما تذهب فى رحلة لمدة أسبوع.
- ❖ عندما تقع فى خطأ وتريد أن تعترف به.
- ❖ عندما يستعصى عليك تمرين فى الهندسة.
- ❖ عندما تشعر باليأس وتحتاج إلى كلمة تشجيع.
- ❖ عندما تقع فى حيرة بين أمرين هامين يلزم اختيار أحدهما فقط.
- ❖ عندما تخرج إلى الشارع لشراء جيلاتي.
- ❖ عندما يوجد فى حياتك سر تكون غير قادر على كتمانه.
- ❖ عندما تريد التحدث أو الجلوس مع شخص آخر ببساطة وبلا تكلف.
- ❖ عندما تشاهد مبارة كرة قدم.

- عندما تشترك فى عمل جماعي بالكنيسة (مثل فريق الترانيم).
- عندما يطلب منك فى رحلة ان ينام معك أحد فى نفس السرير.
- عندما تخرج لتلعب لعبة فى حفلة سمر.
- عندما تحتاج لمن يسلبك فى رجوعك من المدرسة أحد الأيام.
- عندما تجد نفسك مضطراً لأداة مهمة أكبر من استطاعتك.
- عندما ينتقل إلى السماء أحد أفراد أسرتك.
- عندما تحتاج إن تسأل عن الوقت أثناء ذهابك إلى المدرسة متأخراً.

من خلال ما سبق تستطيع أن تشرح هذه الآية (أم ١٧: ١٧).

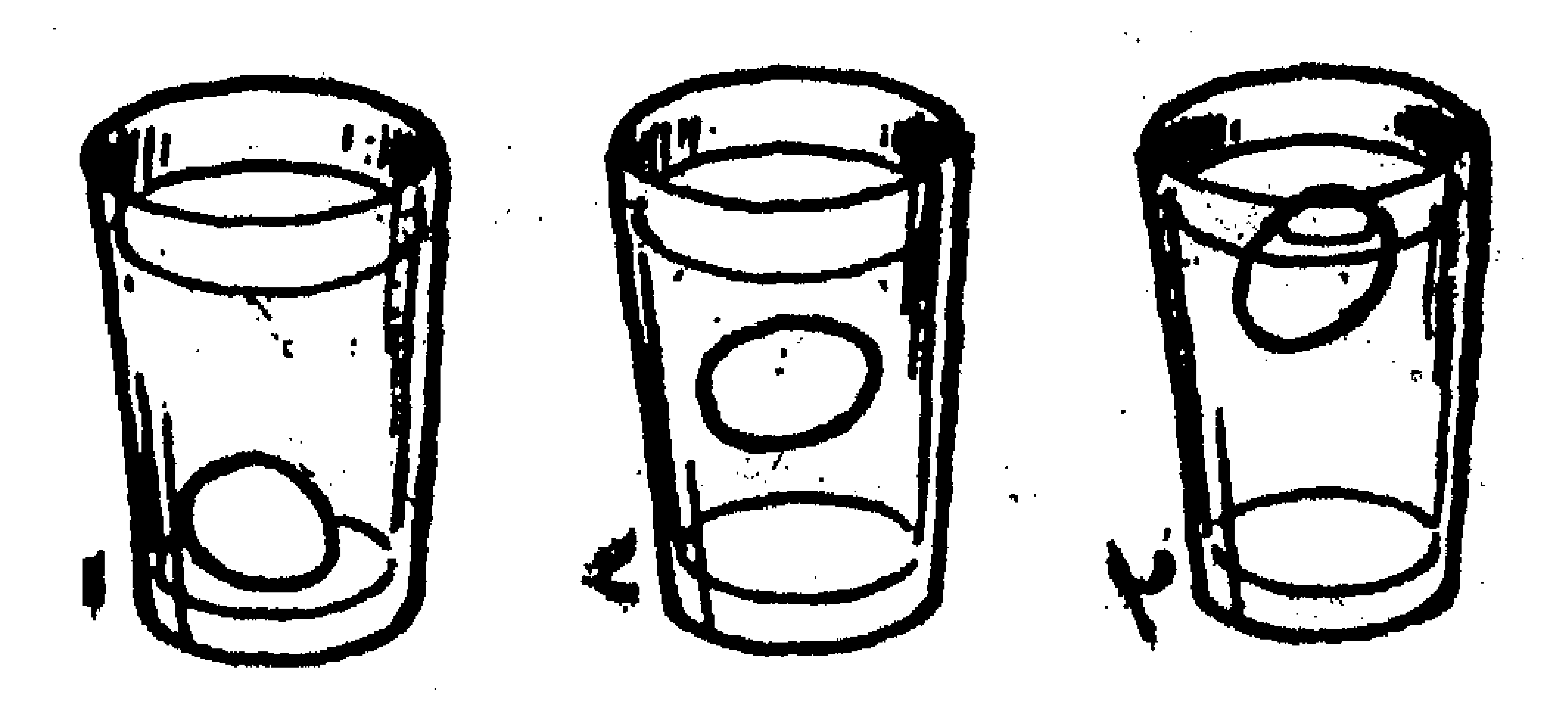
لكن قد تشابكت النهايات والبدايات فى الآية فهى تحتاج إلى تقسيم:

الصد بقى حب فيك لوقت أم الأخفل شد هيولد.

الآية هى:

الشرح هو:

صديقك من صدقك



تمهيد (تجربة ١)

إختر الوسط

التجربة التالية تبين تأثير الوسط المحيط: ضع بيضة فى كوب مملوء بالماء تجدها تغوص، ضع قليلاً من الملح فى نفس الكوب وقلبه جيداً حتى يذوب، تجد البيضة معلقة فى الوسط، ضع مزيد من الملح فى نفس الكوب تجد أن البيضة تطفو. وهكذا فإن الوسط الذى يعيش فيه يوثر فى سلوكنا.

فكن مدققاً فى اختيار أصدقائك.. فكلما زاد الملح فإن البيضة تطفو وترتفع لأعلى، وهكذا إذا صادقت المزيد من الفضلاء الذين قال عنهم الكتاب: أنتم ملح الأرض فإنك تعلو فى الفضيلة.

(تجربة ٢)

إشعل شمعة صغيرة فى إناء زجاجى ثم اسكب بعض المياه الغازية حولها، يتصاعد ثانى أكسيد الكربون الذى يطفىء الشمعة فى الحال، إذ يبعد الأكسجين عنها، وهكذا فإن معاشرة الخطاة تؤثر على الفضلاء.

مقدمة:

ماذا يربطهم؟

يحضر الخادم رزمة من الورق السائب ويرفعها إلى أعلى ممسكاً بها من أحد جوانبها، ويسأل تلاميذه ما هذا؟ مجموعة من الورق..

إنها تشبه مجموعة من الناس كالذين نراهم فى الأتوبيس أو الشارع أو المدرسة.

ماذا يربطهم؟ لا شئ...

يترك الخادم الورق ليسقط فتقع كل ورقة بمفردها ثم يعلق قائلاً: المحبة أو الصداقة أو الالتزام بمبادئ معينة هى التى تربط الناس، وليس كل من يجلس بجوارك يعتبر صديقك.

٢- نشاط تعليمى

أكتب هذه الأقوال المأثورة على كروت،

+ اطلب منهم تعليقاً فى خلال دقيقة واحدة على بعض هذه الأقوال حسبما يسمح الوقت، أو إختيار الأجمل منها لمجلة الحائط:

+ الصداقة كنز ثمين: مغبوط الإنسان الذى وجده. وفى الواقع، الصداقة نادرة. فتش عنها إن كنت بعد غير حاصل عليها، وحافظ عليها بكل اعتناء، وانمها إن ساعدك الحظ على امتلاكها.

+ الصداقة هى عطاء متبادل: إنها أخذ وعطاء.

+ الصداقة الحقة: كائنان ممتزجان ليصيرا أفضل، إنهما يتعاونان ليرتقيا فى الحياة، ويحققا معاً هدفاً ساميا.

+ الصداقة: إن تكون فى خدمة متواصلة، الصداقة، أشبه بسيارات التاكسى، باب القلب يبقى دائماً مفتوحاً.

+ لا تمنح صداقتك لأول آت: وخصوصاً لأول آتية. إختر بعقل حصيف.

إتخذ أصدقاءك من الذين يرقون بك شطر القمم. أترك الذين ينزلون بك إلى السفوح.

+ نصيحة: انتق أصدقائك من بين أولئك المرنمين، المحافظين على فرح القلب أبان الملمات والعمل، وفى رتابة الحياة اليومية.

+ لتكون صداقتك ناجحة: إرس قواعدها على من يعادلونك حالة، وسناً، وذوقاً، وهدفاً وثقافة.

+ واقع الحال: الصداقة المثالية لا وجود لها. لا تحاول أن تجد صديقاً خالياً من العيوب، هذا شىء محال. ولكن، مده بالمساعدة ليتخلص من شوائبه.

+ إذا شئت أن تكون صداقتك صحيحة ثابتة، تعود أن تعطى أكثر من أن تأخذ. فهذه هى شريعة الحب الأساسية، والحال، إن الصداقة هى محبة تبذل ذاتها.

+ لا تنشأ الصداقة ولا تتزعزع إلا بالصراحة الكبرى والإخلاص العميق الذى يفتح القلب حتى أعماقه.

+ العاجز عن بذل ذاته والتضحية بها، لا يمكنه أبداً أن يصاحب أحداً.

+ أخدم صد قك ولا تستخدمه. أحبب صديقك، وليس ما يملك.

+ إن تحب صديقاً فهذا يعنى: أن تضع رجاءك فيه، وتكون له وفياً، وتفتح له رصيداً فى قلبك، وتكبر شمائلة، وتقاوم شوائبه، وتحبه، وتساعد، بنوع أخص، على تفتح طاقاته كلها.

+ المحتم عليك هو أن تحب الصديق الواقعى، لا الصديق الخيالى الذى كنت تتصوره. لهذا السبب، إبق أميناً للصديق الذى تحبه، حينما لا يطابق، تمام المطابقة، الصورة المثالية التى كونتها عنه، وهذا هو الدليل الساطع على الصداقة.

+ على قدر ما تضعف الأنا، تنمو الصداقة، بحيث لا تقول وتشدد فى القول: وقتى، أشغالى، لذتى، فائدتى. إن صداقة تجهل انتقاد هفواتنا بشكل صريح، لهى صداقة مبتوره.

+ من أولى الخدمات التى تؤديها إلى صديقك، هى أن تساعده على إصلاح نقائصه. وفى هذا المضمار، ضع فى خدماتك كثيراً من الشعور والنعومة حتى لا يلمس أبداً فيك إلا نية المساعدة ليكون أفضل.

+ الصداقة الحقة، تعينك على إنماء شخصيتك، إنها بالنسبة إليك ينبوع للتقدم. إذا كان صديقك لا يساعدك على الصعود فى الحياة لتصير أفضل. فإنه لا يعد صديقاً بل شريكاً. والصديق الثى يحملك على الشر، له من الصديق الاسم فقط.

+ حذار من الأصدقاء الذين يرمون البذور الرديئة فى تربة قلبك.

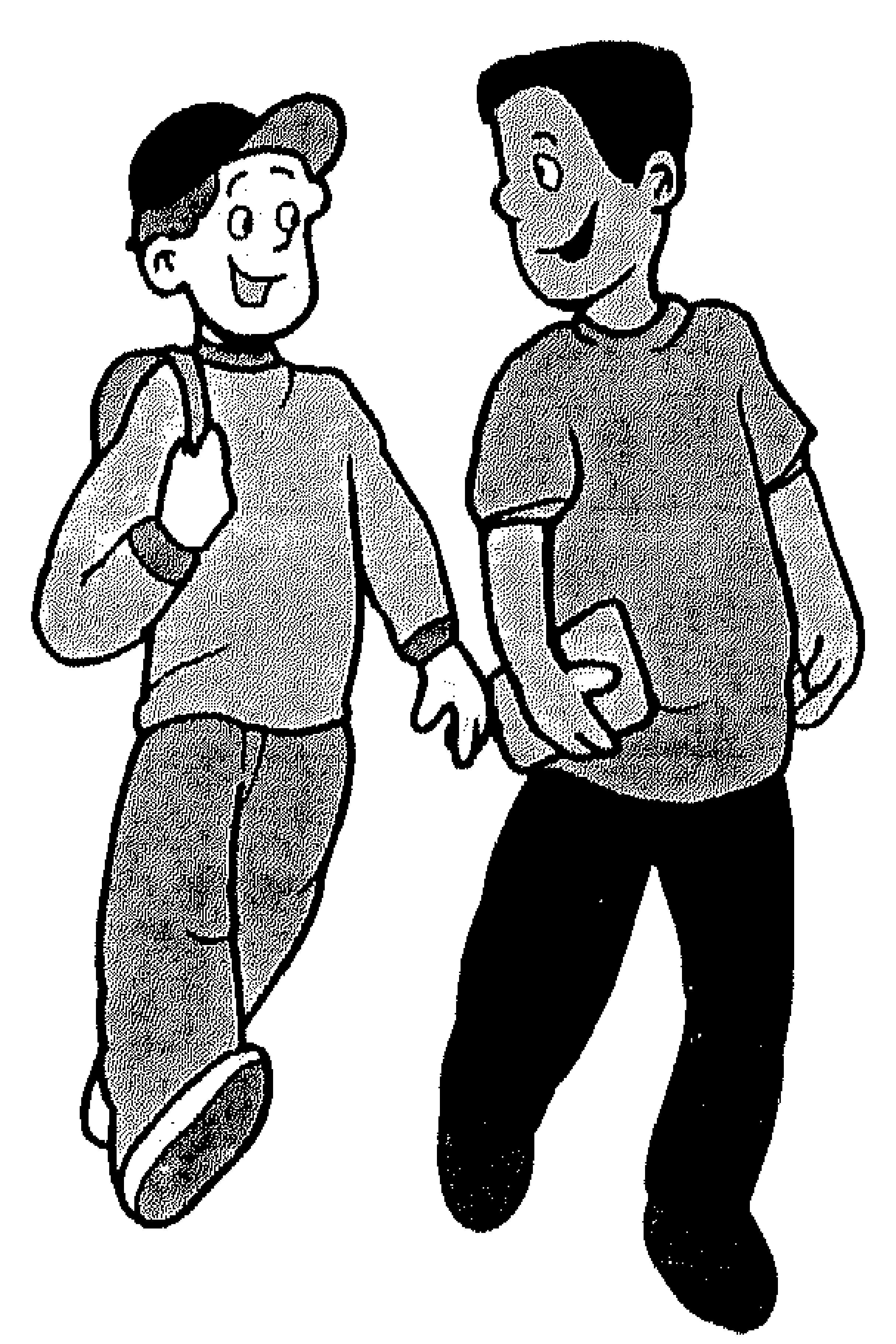
+ الصديق الحقيقى، سيكون مشيراً حميماً تأتمنه على مشاكل روحك ومصلحاً فطناً لنقائصك، ومتعزياً فى الأيام السوداء، وأخاً فى ساعات الفرح والنصر. الإخلاص هو المحك الوحيد للصداقة الصادقة.

+ لا ينبغى أن تكون الصداقة حب ذات متبادل، ولا أن يكون صديقك سوراً يعزلك عن الآخرين، بل طريقاً وسيعة تقودك إليهم. كن صديق الجميع.

+ الصداقة، ليست كلباً تطعمه الفضلات. أعطه أفضل ما عندك.

+ إذا رضيت مختاراً، بأن يجد صديقك سعادته فى مودة شخص آخر، فهذا هو الدليل على محبتك الحقيقة له.

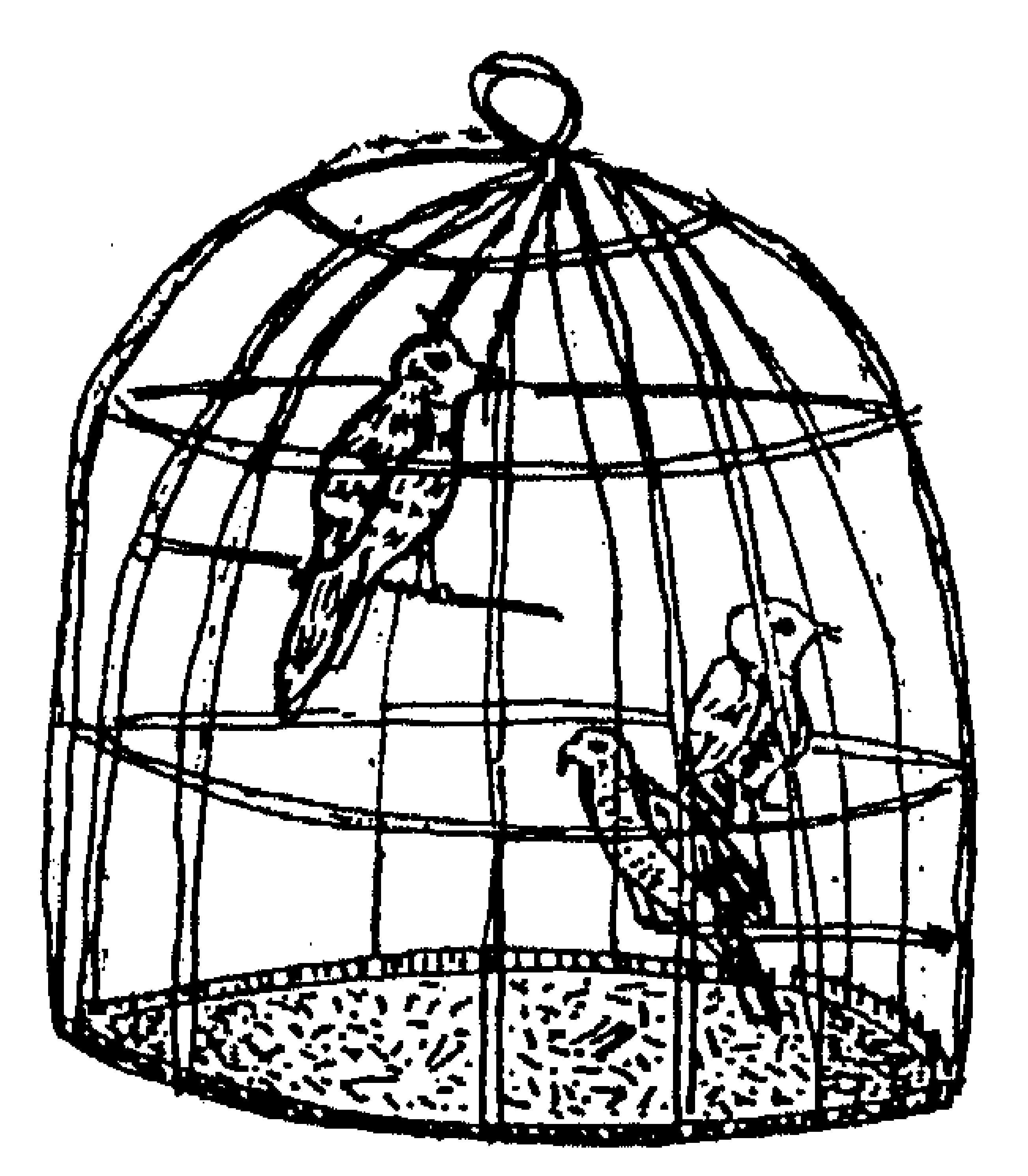
+ الصداقة الحقة هى اتحاد فى شىء ما، أن ننظرا معاً فى إتجاه معين. إن صداقة لا أتحدث فيها إلا عن ذاتى وصديقى، إنما هى أنانية مشتركة وحسب.



أولاً: أصدقاء السوء

صورة وقصة

عصفور الكنارى فى خطر



كان لرجل عصفور كنارى جميل الغناء وكان لجاره عصافير أخرى صغيرة، وفى يوم أتى جاره إليه وأستاذنه ليأخذ العصفور الكنارى ليضعه مع عصافيره فى قفصها لوقت قليل حتى تتعلم الغناء منه.

ماذا كانت النتيجة؟

بدلاً من أن يعلم الكنارى العصافير الصغيرة تعلم منهما أن يزقزق مثلهما، ونسى أغانيه العذبة فأخذه صاحبه.

كيف كان العلاج...؟

أتوا بعصفور كنارى آخر يغنى جيداً ووضعوه فى القفص معه. وهكذا استطاع العصفور أن يستعيد قدرته على الغناء، وأنطلقت معه نغماته الحلوه الأولى.

ياللأسف فمؤمنون كثيرون يفعلون مثل هذا الكنارى حين نتعامل مع الكثيرين من غير المؤمنين الحقيقيين.

قدم لهم كل الحب ولا تتأخر عن مساعدتهم، لكن إحترس.

قال الكتاب "**ولا تكونوا تحت نير مع غير المؤمنين لأنه أية خلطة للبر والإثم وأية شركة للنور مع الظلمة. وأى إتفاق للمسيح مع بليعال. وأى نصيب للمؤمن مع غير المؤمن. (كو ١٤:٦، ١٥).**

مثل شعبى:

عمر العدو ما يصبح حبيب، وعمر شجرة التين ما تطرح زبيب!

تداريب

+ يحضر الخادم بعض الفواكه أو الخضروات غير الطازجة مثل البرتقال أو الطماطم الخ.

يضعها فى برطمان زجاجى أو كيس نايلون شفاف بحيث يظهر فسادها بوضوح، ثم يحضر بعضاً من الفواكة فى حقيبة ورقية ويحاول أمام الحاضرين أن يضع شيئاً من الفواكه الطازجة مع الفاسدة، سيعترض الدارسون لأن هذا خطأ، يسأل الخادم لماذا؟ هل تعتقدون أن الثمار الحلوة سوف تصلح الثمار العفنة؟

+ ومرة أخرى يضع الخادم نقطة الكاكاو أو القهوة على كوب من اللبن أمام الحاضرين ثم يسأل هل تغير اللون أم لا؟ نعم تغير بسرعة.

+ ثم يضع نقطة من اللبن على كوب من القهوة أو الكاكاو ويلاحظ عدم التغير فى اللون. «المعاشرات الرديئة تفسد الأخلاق الجيدة».

ثانياً: أصدقاء لا ينفعون

حوار تمثيلى

يقوم الدارسون بتمثيل قصة الابن الضال (لو ١٥) مع التركيز على أصدقاء السوء. يضعون حواراً على ألسنة هؤلاء الرفقة السيئة مثل:

هذا هو الشاب الطائش

هى دى فرصتنا.........ألخ

سدوم وعمورة وأثر الجيرة السيئة:

سدوم هى المنطقة التى اختارها لوط ليسكن فيها بعد انفصاله عن إبراهيم، ولكن فاته أن يأخذ بعين الاعتبار أخلاق الشعب الذى سيقيم بينهم والتأثير الذى ستتأثر به عائلته، ومع أنه هو نفسه حافظ على أمانته واستقامته، فكثيراً ما كان يتألم من مشاهدة الفوضى والخروج على القانون والأعمال الآثمة التى كانت تصدر من سكان هذه المدينة. "**وقال الرب إن صراخ سدوم وعمورة قد كثر وخطيتهم قد عظمت جداً**" (**تك ١٨: ٢٠**). فأراد الله أن يهلك المدينة فأرسل الملاكان إلى سدوم لإنذار لوط بخراب المدينة.

وقد دمرت سدوم وعمورة فعلاً بنزول نار من السماء عليها لفساد سكانها وانغماسهم فى الخطايا الجنسية، حتى صارت خطية سدوم وعمورة مضرب الأمثال، وأخذت خطيئة السدومية أو«الشذوذ الجنسى» إسمها من سدوم.

ونتيجة لفساد أهل المدينة وبعدهم عن الله أرسل ناراً من السماء فأحرقتها. ولكن محبة الله لأبنائه لا ترضى أن يكون نصيبهم الهلاك مع أهل العالم. فنظر

الله بعين العطف إلى لوط الذى لم يرضه مصادقة الأشرار فى المدينة أو السير فى تيارهم. فأرسل إليه ملاكين لإنذاره بأن الله لمحبته له سينقذه قبل أن تحرق المدينة، لأمانته وسيرته العطرة ولعدم انغماسه فى الخطية.

ما أجمل هذه الأية "اهرب لحياتك/ لا تنظر إلى ورائك/ ولا تقف فى كل الدائرة/ إهرب إلى الجبل لئلا تهلك" (تك ١٩: ١٧) (للحفظ).

ولكن أمرأة لوط تحولت إلى عمود ملح، لأنها نظرت إلى الوراء متأسفة على الممتلكات التى خلفتها وراءها، مما دل على أنها لم تكن مستحقة النجاة لأنها تمسكت بالعالم الشرير، ولم تأخذ الله نصيباً لها كما فعل لوط، «ونظرت إمرأته من ورائه فصارت عمود ملح» (تك ١٩: ٢٦).

وهكذا ينقذ الله الإنسان الأمين الذى يسير فى مخافة ويحفظ نفسه طاهراً من الخطية والصداقات المفسدة، فستكون نهايته كما حدث لزوجة لوط، التى أصبحت علامة واضحة لكل من يتمسك بالعالم وشهواته.

عن أصدقاء السوء:

روى عن القديس أغسطينوس أنه قال: «أن أليبيوس (صديق القديس أوغسطينوس) كان يبغض منظر المتصارعين كل البغض، ولكنه حضر لمشاهدته مرة تحت إلحاح أصدقائه الشديد، ولكنه لم يسمح أن يفتح عينيه فى بادىء الأمر. ولكنه عندما كان يسمع صوت صياح الجمهور وتهليلهم كان يفتحهما قليلاً ليرى السبب. ثم أخذ يعتاد المنظر، ثم بدأ يفتح عينيه ثم صار المنظر مصدر بهجة ولذة لنفسه، ثم أخذ بعد ذلك يدعو الآخرين لمشاهدة ما كان يكرهه فى بادىء الأمر! لنحاذر من الأقتراب من تخم الخطية بل لنقاطعها بحزم لئلا تأسرنا وتستولى علينا.

متى أقول لا؟

أطلب من تلاميذك أن يمسكوا بورقة وقلم ويكملوا الجملة الآتية:

«هناك ثلاث مناسبات من الهام أن أقول فيها لا؟

....

....

يمكن أن تعد مجموعتك للإجابة عن هذا السؤال بأن تكلمهم عن المسئولية فى العلاقات الاجتماعية من واقع رو ١٢، ١كو ٣ وسفر الأعمال ٢ - ٤

ثالثاً: كيف تختار أصدقاءك؟

- اسأل نفسك أولاً كم صديق حقيقى لديك، وكم منهم مازالت علاقة الصداقة قائمة بينك وبينهم، وهل انتهت هذه الصداقة بدون سبب واضح، وماذا يمنع أن يكون أنت المبادر بالاتصال والسؤال عنهم، وتذكر أيام الصداقة بينكم؟
- الصديق الوفى يقف بجانب صديقه فى وقت ضيقه أو أزمنه ليسنده ويرشده، وهو يحفظ السر ولا يفشيه مادام قد اؤتمن عليه.
- الصداقة مهما كانت قوية لا تعنى الدفاع عن الصديق عند خطئه تجاه نفسه أو تجاه الآخرين، بل يجب على الصديق أن يوجه صديقه بالنسبه لأخطائه، فى محبة وإخلاص وحكمة، وينصحه ويساعده على التصرف السليم.

- الصديق لا يغضب من نصائح صديقه مادامت فى مصلحته، فنقد صديقك المخلص لك، أفضل من خداع شخص آخر قد تظنه صديقاً لك.

- عند اختيار صديقك، احرص على توافر التجانس التوافق النفسى، والقبول عند أحدكم الآخر احذر الشخص الذى يتقرب إليك بسرعة، ويلح فى كسب ودك أو صداقتك. فالصداقة القوية تتطلب وقتاً حتى تصل إلى قوتها، وهى تأتى بالتدريج، وبعد عدة مواقف يثبت فيها الإخلاص والوفاء.

- احترس من الصديق الذى يسعى لصداقتك من أجل إثارة حقد أو غيرة شخص ما. أو الذى يسعى لمعرفتك ليفوز بصداقة جار أو صديق آخر لك. وليس سعياً لكسب صداقتك أنت شخصياً.

- لا تدع صديقك يضيع وقتك غى أشياء غير مفيدة، سواء وقت دراستك أو وقت عملك، ولا تتخير الصديق الذى لا يقدر أو لا يحترم الوقت.

- لا تخير صديقاً تحوم حوله الشبهات، أو يحذر الناس من التعامل معه، أو حذر الناس من التعامل معه، أو حذرك من مصادقته آخر تثق فى صواب رأيه.

- لا تقلد صديقك أو أصدقاءك فى أى شىء يفعلونه، إذا كنت غير مقتنع به، أو إذا كان سلوكاً لا يرضى عنه المجتمع، فالصداقة لا تعنى الانسلاخ من شخصيتك، أو سيطرة رأى الصديق عليك. ولتكن سمات شخصيتك وسلوكك وطباعك واضحة ومعروفة لدى أصدقائك.

- كن وسيط خير بين أصدقائك وبعضهم البعض، وبخاصة إذا حدث خلاف بين أثنين منهم أو أكثر، واحذر من قول أو نقل كلام أو اتهام واحد للأخر، حتى لا تخسر صديقك، وحتى لا تخسر نفسك.
- إحرص على مجاملة صديقك والاتصال به أو مراسلته إذا بعدت المسافة بينكما، فالصداقة الوقتيه كنز يجب المحافظة عليه.

كيف تكسب صديقاً جديداً وتحافظ على صديق قديم:

لا تعتقد أن الدنيا مدينة لك بتقديم الأصدقاء، لأنك تتمتع بمواهب معينة، بل لاب أن تبذل جهداً لكسب الأصدقاء، فالحياة تشبه متجراً، حيث تأخذ مكانك بين خمسة ألاف منتج على رفوف المتجر. والتحد»، هو أن تمثل قيمة للأخرين، كان تكون طيب الصحبة، وأن تكون نافعاً للآخرين، حينئذ فقط، سوف يرغب فى صداقتك الكثيرين... وإلا فسوف يتركونك على الرف!.

- استفد من فرصة إقبال الآخرين عليك التماساً لودك: وساعاتها لا تردد لنفسك «أنا لست فى حاجة إلى أصدقاء»، بل تقبل من يرغب فى صداقتك.. بل أقبل عليه بدورك، وصادقة، مادمت تجده أهلاً لصداقتك.

- الصداقة القديمة مثل الجوهرة الثمينة فكلما تعاقب الأيام أزدادت قيمة الجوهرة الثمينة، فتزداد لها حباً، ومحافظة عليها.. كما أن الصداقة القديمة، هى رأس مال أصلى لك، فلا تهملها، بل اجعل منها نهراً تتجدد مياهه باستمرار، برعايتك له فيظل صافياً، نقياً، مروياً على مدى الزمان.

- نفذ أسلوب الوصل، واحذر أسلوب القطع فمثل كل كيان حى، تتعرض الصداقة لظروفف يمكن أن تسبب المقاطعة أو القطيعة. وفى مثل هذه الأحوال، لا تتمادى فى الخصومة، أو التباعد، بل قدم الصفح فى مقابل الإساءة.. فيزيد قدرك.

- إهتم بالإصلاح بينك وبين صديقك: فالأصل فى صداقتكما هو الصدق والحب، والوئام، والاتفاق، والتآخى.

- لكن قد يحدث سوء تفاهم بينكما، لأن الإنسان ليس معصوماً من الخطأ.. وفى هذه الحالة عليكما، معاً، إمتصاص تلك الاختلافات، مع شىء من التنازل والمباسطة، فتعود الطبيعة الصافية للصداقة، كما تعود جزيئات الماء التى أصابها شىء من التعكير إلى حالة الصفاء.

- والصديقان المختلفان مسئولان، معاً، عن إعادة الصداقة إلى حالتها الطبيعية.. وإلا فليسارع صديق ثالث بدور الوسيط المخلص الذى يرفع بينهما غصناً من الزيتون للسلام، مثل نقل كلام طيب عن لسان كل منهما للآخر، وتهدئة النفوس، وذكر الأعذار المنطقية والمقبولة، لكل واحد عند الآخر، وتهيئة الجو والظروف لألتقائها فى سلام، وفى تذكرة للمحبة القديمة.

- إنبذ أسلوب اللوم: فمواصلة لوم صديقك، والدنيا، والمجتمع، لن يتيح لحياتك أى تقدم، أو أى تعلم لجديد ينفعك. وفى نفس الوقت يوصل صديقك إلى درجة الشعور بالتعب والملل، فيفضل الابتعاد عنك.

- تحمل مسئولية أفعالك وتصرفاتك، ففى ذلك إخلاص ومواجهة عادلة لنفسك، واختيار صائب للشعور بالرضى.

- صارح صديقك بما تريده بوضوح: ففى العلاقات الإنسانية الصحية، يعبر الصديقان عن احتياجاتهما، ومطالبهما عن بعضها، ببساطة، ومباشرة، مثل «أرجوك، ساعدنى فى..» «أريد هذا» «أريد أن تنصت بعناية إلى.

- الإخلاص مع اللباقة: يوصلانك إلى البساطة فى التعامل بينكما، ويكسبك إعجاب صديقك وتقديره، وثقته، واحترامه.

- إذا شعرت بالغضب لتصرف بدر منه ـ كأن لا يتيح لك الفرصة لكى تتحدث عن مشروعاتك، أو هواياتك، أو تأخره عن موعدك بالساعات، فكن إيجابياً فى أن تعبر تعبيراً هادئاً عن غضبك. وذلك بأن تنتظر عدة دقائق حتى تهدأ حدة غضبك، وانفعالك، ثم تشرح له الأمر فى كلمات محددة، متعقلة، مركزة دون تجريح، أو ذكر وقائع قديمة، لأن هذا يزيد الخلاف بينكما، وليس العكس!

- ركز على حل النزاع القائم، وليس على عيوب الشخص، أو نزاعات قديمة.

- الاعتدال العاطفى: فإن الاعتدال فى الحب والتوازن. يجعلانك معتدلاً فى تباعدك عن الآخرين.

* * *

خاتمة:

الشخص الجدير بصداقتك :

اختر:

- المخلص، المتفتح، العاقل، الحكيم، الحليم، والفاضل، الخير، الأمين، الصادق، الوفى، من يصون العشرة، ويحسن التقدير، المساند، صانع السلام، الخدوم، المحب للإنسانية جمعاء لأنها خليقة الله.

- هل يوجد مثل هذا الشخص؟!

- نعم! على الأقل توجد أغلب الصفات، فاحرص على أن تكون أنت أولاً متحلياً بها.

حقوق الصديق عليك :

فكلما أن من حق النبات الذى تزرعه فى بيتك أن تسقيه، وتتعهده، وترعاه لكى ينمو، ويترعرع، ويثمر فمن حق الصداقة عليك أن تتعهدها، وتقدم لصديقك: الاحترام، التقدير، الاهتمام المخلص، وأن تلقاه بوجه باسم، وتعامله بالرفق والرحمة، وتساعده فى إنجاز حاجاته الطارئة الضاغطة، مع التواضع المحمود، والتقدير لأفكاره، وعدم الإحراج، مع الحفاظ على خصوصياته، والمواساة والمؤازرة .. والصفح والغفران للذلة غير المقصودة .. فالإنسان خاطىء بطبيعته.

والتزام بآداب الصداقة .. ومنها:

- احترام الخصوصيات، والمواعيد المناسبة للزيارة، أو اللقاء.

- البعد عن المزاح المهين. البعد عن الابتذال.

- تقديم الهدايا الرمزية البسيطة فى المناسبات الخاصة.

- المراسلة فى أوقات الأسفار.

- التحية الحارة عند اللقاء.

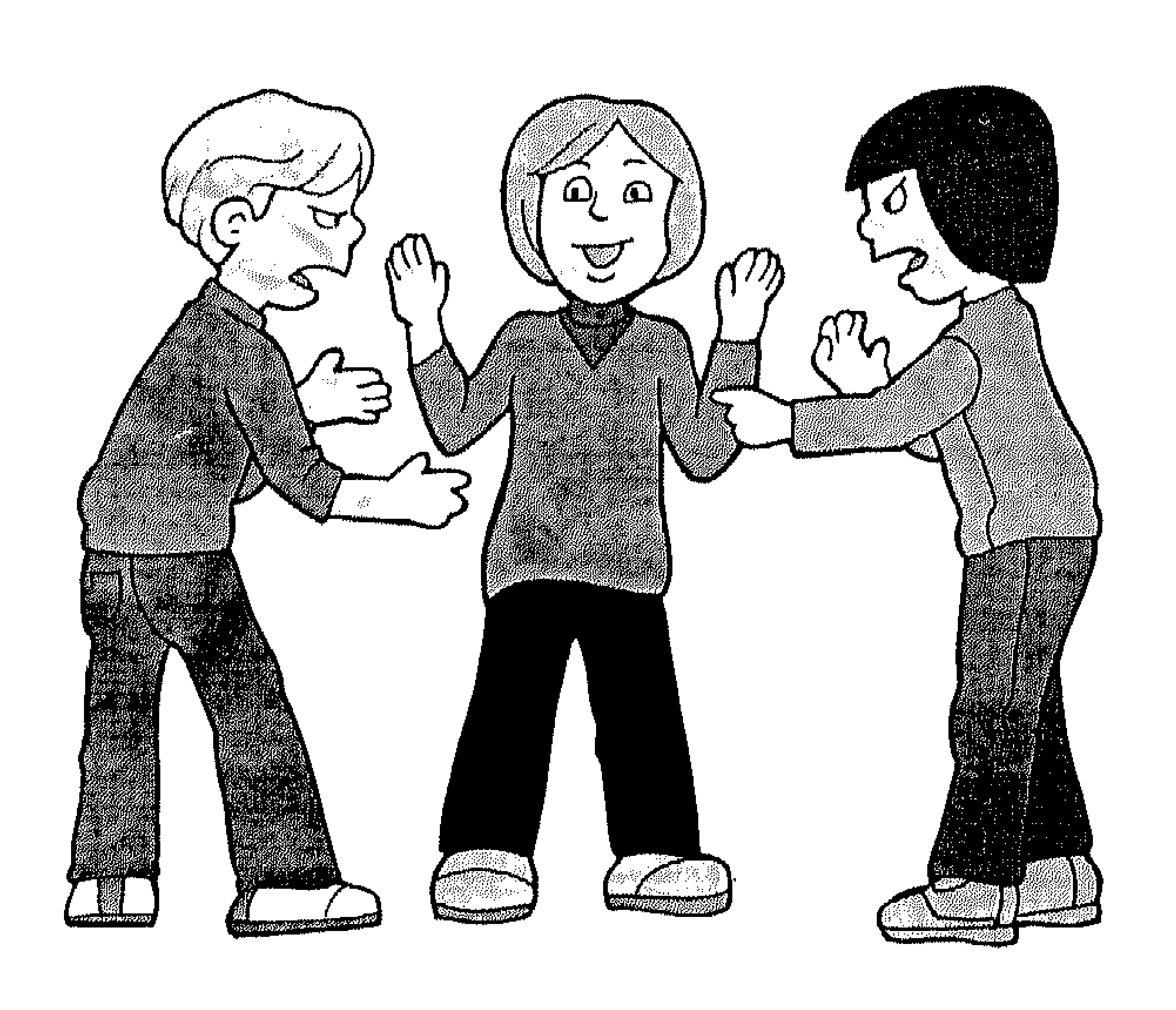
- التحدث فيما يهمه، ويشغله.

- الوفاء بالوعد فى حينه.

- التعبير عن اهتمامك بلقائه، مما يحفظ الود بينكم.

- مناقشة أخطائه برفق وإخلاص بناء.

- مدح فضائله وسجاياه، بدون رياء أو ممالأة.



مراحل الصداقة



«أيها الشاب، أيتها الفتاة»

- كيف تتحلى بروح الصداقة؟
- هل أنت لبق فى حديثك؟
- ماذا تستفيد من علاقتك بأصدقائك؟
- كيف تجذب الأصدقاء إليك؟
- هل يمكنك أن تعيش بدون أصدقاء؟

تمهيد :

وإذا كنت تملك دراجة هوائية أو سيارة جديدة يكون من الطبيعى ألا تعيرها لأى شخص يطلبها .. وتتردد كثيراً فى إيداعها عند شخص لا تعرفه جيداً. ولنفترض أن شاباً فى مثل سنك غريباً عنك طلب إستعارة دراجتك الهوائية أو ربما سيارتك ليستعملها بعض الوقت . أن وعده لك بأن يحافظ عليها ويتكلف بدفع تكاليف أى ضرر يقع عليها لن يعنى لك شيئاً إلاّ إذا عرفت سمعته وسجله السابق . فى مثل هذا الحال لن تتردد فى سؤال من يعرفونه عما إذا كان أميناً ويشعر بالمسئولية . فإذا لم تتمكن من الحصول على التأكيدات الكافية من معارفه فلن تكون حكيماً إذا لبيت طلبه.

لكنك فى اختيارك للأصدقاء تتعامل مع بشر مثلك لهم ميولهم وصفاتهم التى هى أغلى وأثمن من الدراجة أو السيارة. لأنها تتعلق بشخصيتك وأخلاقك. وأنت ستعيش حياة واحدة على الأرض، واختيارك للأصدقاء يقرر إلى أى حد بعيد ما إذا كان مستقبلك سيكون سعيداً وناجحاً. فإذا أودعت سمعتك طلب المشورة فى هذه القضية المهمة ؟

ربما أكون قد تركت انطباعاً بأن تأثير صديقك عليك هو أهم من تأثيرك أنت عليه. إن كان الأمر كذلك فهو لرغبتى فى التشديد على أهمية اختيار الأصدقاء .

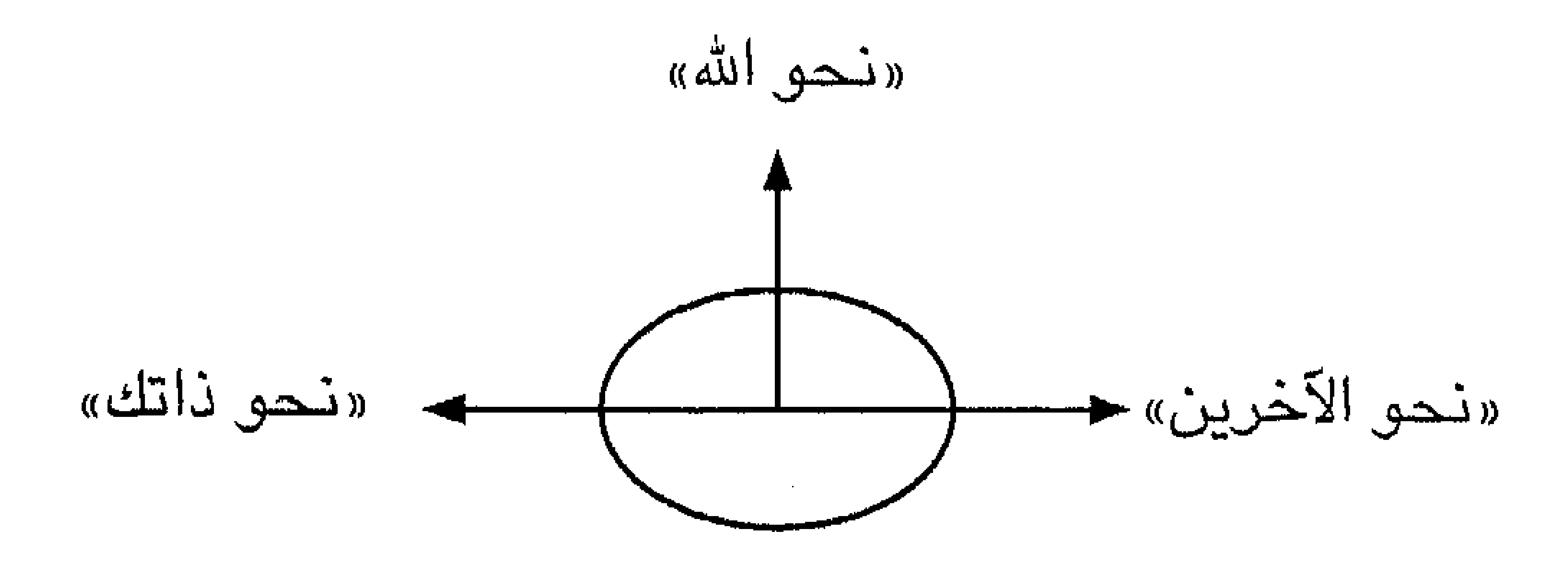
ما من شك فى أنك مسئول تجاه أصدقائك مثلما هم مسئولون تجاهك. فالصداقة الوثيقة تشمل العديد من المسرات والعديد من المسئوليات أيضاً.

وصداقتكم توفر لكم الكثير من الرضى على المدى البعيد عندما تستخدمونها كوسيلة لتشجيع الآخرين على تعزيز المثل السامية والمطامح الرفيعة. وعليكم ألا تتوقعوا من أصدقائكم أن يأتوا لنجدتكم دائماً وتحمل المسئولية من أجلكم. فأنتم مدينون لهم بقدر ما هم مدينون لكم.

الصداقة

تفيدنا الصداقة فى ثلاث مجالات هامة :-

«معرفة النفس . معرفة الآخر . معرفة الله»



١ – صديقك يعرفك ذاتك

- إذا نظرت فى المرآة فأنت ترى وجهك .. هكذا إذا إستمعت إلى صديقك سوف تكتشف ذاتك بوضوح أكثر.
- صديقك المخلص لك يعكس لك مميزاتك وعيوبك، فهو ينصحك ويشجعك ويغضب منك ويوبخك فهو مرآة لنفسك .
- لكن عليك أن تأخذ النقد بشىء من التمييز .
- فهناك المرآة المقعرة، والمحدبة، والمستوية، والمشوشة. فإن قال لك صديقك «دمك تقيل» فتأكد أنه لا يغار منك! إنما يقول هذا لمصلحتك وليس لتحطيمك، فإن كان هذا الوضع هكذا .. استمع إليه وإلا فإهمل النقد وكن واثقاً فى نفسك .
- لا تتأثر بكل نقد لكن استمع للنقد الهادف.

قل لى من تصادق أقول لك من أنت.

- الصداقة طريق لتحديد الهوية ..
- فأنت لم تختار والدك أو الدتك أو أجدادك .. ولكنك تختار الأصدقاء الذين تنتمى إليهم.

من أنت

حدد أى من هذه المجموعات تفضل:

المتدينيين، المثقفين، المرحين، السطحيين، الرياضيين، الشمامسة، فئات أخرى ..

إن اختيارك لأصدقائك يساعدك فى تحديد أهدافك ويوضح شخصيتك .

٢- صديقك يعرفك بالآخرين

قد تظن أن كل الناس مثلك إجتماعيون ومرحون ولكنك تفاجأ بوجود الخجولون والهادئين وتكتشف أنها شخصيات جذابة وعميقة، بل خفيفة الظل وذكية ومهذبة ورقيقة، وليست معقدة ومنطوية كما يقولون.

هكذا فمعرفتك بالصديق يعرفك بالآخرين.

كذلك يعرفهم طريق التعامل معهم.

«أصدقاء الجنس الآخر»

حين تتعامل مع شخصيات من الجنس الآخر وتعاملهم كإخوة أو أخوات تكتشف الفروق بين الرجل والمرأة وتعدل أفكارك، وتعرف أنه ليست كل إمرأة رقيقة ضعيفة، هناك الشاب الحساس والعاطفى والفتاة الخشنة والقوية .. إلخ.

معرفتك بالجنس الآخر تساعدك على الطهارة ومعاملة الفتى أو الفتاة بدون شهوة، كما يساعدك فى المستقبل على اختيار شريك الحياة.

وفى النهاية فإن الخروج من الذات عن طريق سلم الأصدقاء يعتبر مكسب اجتماعى وروحى بعيداً عن العزلة والتقوقع.

٣- صديقك يعرفك الله

* إن الخروج عن الذات هو طريق المحبة التى هى الله نفسه.
* لا تستطيع أن تحب عدوك إن لم تحب صديقك أولاً.
* لا تستطيع أن تحب الله الذى لا تراه إن لم تحب صديقك الذى تراه.

فالصداقة فرصة نادرة لممارسة الفضيلة.

أذكر الفضائل التى تحتاج للآخر ولا يمكن تنفيذها بدونه من بين هذه القائمة :-

التضحية - التسامح - الوحدة - العطاء - عدم الغضب - المثابرة - الصلاة - التعاون - الطهارة - الوداعة.

ثانياً : مراحل الصداقة

من الطبيعى للشاب أن يتوق إلى المعاشرات والنشاطات الاجتماعية. لأنه جزء مهم من نمو شخصيته. وهذه الرغبة الطبيعية فى الرفقة هى أساس الرغبة اللاحقة فى إنشاء عائلة خاصة بك.

فاهتمامك بمجال الصداقات والنشاطات الاجتماعية هى مقدمة لإنشاء حلقة أوسع من الأصدقاء الذين هم فى مثل سنك. والتعرف إلى بقية الشباب يمكّنك من أن تقرر أى صفات تعجبك فى الآخرين. ونتيجة لهذه المعرفة المتطورة للطبيعة البشرية ستتمكن أخيراً من اختيار شريكة لحياتك بحكمة وتعقل.

فى أواخر سنى الحداثة كان يعنيك أمر كل صديق من أصدقائك. لكن ما إن دخلت سنى المراهقة حتى بدأت تختار من بين أصدقائك أقربهم إلى قلبك.

وأخيراً لم يعد يعنيك من كل هؤلاء الأشخاص إلا واحداً، فتتحدث إليه معتبراً أنه الرفيق المفضل.

ولدى الرفاق أمور كثيرة مشتركة. فعندما يختلون بمفردهم يتحدثون بحرية عن اهتماماتهم الشخصية. فيبوحون لبعضهم بالأمور التى تقلقهم

ويناقشون معاً قضاياهم الغامضة عليهم. ويتحدثون عن أمور لا يبحثونها مع أي شخص آخر. وإذا وقع أحدهما فى مأذق يصرح به لرفيقه فيسارعان معاً لوضع خطة للخروج منه. وإذا واجه أحدهم صعوبة يأتى الآخر لنجدته. ويتنزهون معاً وينضمون إلى إحدى الفرق الرياضية لتبادل النشاط.

لكنك إذا كنت حكيماً لا تسمح لصداقتك مع رفيقك المفضل أن تؤثر على علاقتك ببقية الأصدقاء. لا مانع من أن تكون وافياً لصديق واحد. ولكن هذا لا يعنى أن تسمح لهذه الصداقة الواحدة أن تحرمك من عشرة بقية الزملاء الذين هم فى مثل سنك. فخير لك أن يكون لديك حلقة واسعة نوعاً ما من الأصدقاء من أن تتأثر بصديق واحد فقط. فالتعامل الجيد مع عدد أكبر من الرفاق تنمى قدرتك على الأخذ والعطاء مما يساعدك فى الحياة على العيش بسلام وفاق فى أى ظرف.

فإذا فشلت فى كسب عدد من الأصدقاء فمن المحتمل أنك ستغدو أنانياً وتفكر أكثر من فى اهتماماتك الخاصة عوض التفكير فى مساعدة الآخرين وخدمة كل الناس.

فبإقامة صداقات مع عدد من الرفاق تخضع شخصيتك لعملية نقل. فتلين العديد من الزوايا الخشنة فيك. إن الشباب صريحون مع بعضهم بعضاً فعندما يلاحظون شوائب معينة يذكرونها بحرية تامة بحيث يفسحون المجال لتقويمها. وإذ تتعلم أن تأخذ وتعطى مع من هم فى مثل سنك ستغدوا أقل حساسية وأكثر قبولاً منهم.

فى أواخر سنى المراهقة فتجد أن اهتمامك قد زاد فى إقامة صداقات مع الأولاد والبنات على حد سواء. وعندما يأتى الوقت الذى تسترعى فيه انتباهك فتاة واحدة أكثر من غيرها وتجد نفسك تتحين الفرصة لاجتذابها وإظهار المودة لها.

وإذ تعجب بفتاة معينة ستشعر بالحرية فى بحيث القضية مع صديقك الخاص أو حتى مع عدة أصدقاء من معارفك وقد يعبر الأصدقاء عن موافقتهم أو عدم موافقتهم. فإذا وافقوا ستشعر بالثقة والاطمئنان وتبدى اهتماماً أعظم فى صداقتك الجيدة. لكن إذا سخروا منك فمن المرجح أن تقطع هذه الصداقة فربما انتظرت بضعة شهور قبل أن تختار فتاة أخرى تركز اهتمامك عليها لكنك فى محاولتك التالية ستختار الفتاة التى تظن أنها تحظى برضى أصدقائك وزملائك وفى العشرينات ستقيم صداقة مع فتاة تثير اهتمامك بصورة خاصة عندما يحين هذا الوقت تكون مستعدداً للمغامرة برضى أصدقائك، إذا لزم الأمر، فى سبيل الاستمرار فى صداقة الفتاة التى أعجبت بها. هذا التغير فى الموقف يشير إلى تحول فى مواقفك والتزامك استعداداً للوقت الذى فيها ستؤسس عائلة خاصة بك. أما إذا كانت هذه الفتاة المعينة ستغدو زوجتك فى المستقبل فهذا ما سيقرره الزمن. فشعورك بإلتزاماتك الجديدة هو إشارة إلى إقترابك من الوقت الذى ستحتفظ فيه بحبك لمن ستصبح زوجة لك. والآن بعد تتبعنا التسلسل الذى ستمر به فى تكوين صداقاتك المختلفة، آن الآوان كلا نعود ونبحث أهمية هذه الصداقات.

لقد لاحظت أن نجاحك فى كسب الأصدقاء والاحتفاظ بهم يتطلب اخلاصاً ووفاءاً، وهذا الاخلاص يبدو واضحاً فى عقول الشباب. فقد تعلمت أن تحترم رأى الشبان الذين هم فى مثل عمر سنك. كما أنك بطبيعتك ترغب رغبة ملحة أن تكون مقبولاً منهم. فعندما ينتقدونك تحاول أن تغير كل ما يضايقهم. أما إذا وافقوا على أعمالك فستشعر أنك تحرز تقدماً فى الوجهة الصحيحة

ثم أنك تعلم ماذا يحدث عندما تشترى شيئاً جديداً سواء كان دراجة أو بدلة. فالمبدأ يظل هو نفسه. ففى البداية ستعرض ما اشتريته أمام أصدقائك

لأنك تكون متشوقاً لمعرفة ردود فعلهم. فإذا أعجبوا به فستشعر بالطمأنينة، لأن ثقتك فى آراء أصدقائك تجعلك تشعر أنك اخترت الاختيار الحكيم. أما رذا انتقدوا لون أو نوعية ما اشتريته فستحس بالخيبة. وتفقد اعجابك بذلك الشىء.

وكذلك الحال فى الأمور الأخرى. فإذا كان أصدقاؤك مولعين بالدرس ستجد نفسك تصرف وقتاً لا بأس به فى تحضير دروسك. وعندما يمتدحك أصدقاؤك على تحصيلك درجة عالية فى المدرسة ستهتم أكثر فى تحصيل درجات جيدة.

وإذا سخروا من درجاتك الضعيفة ونعتوك بالأبله فستجد نفسك تحاول أن تحصل على درجة أعلى لتظهر أمامهم أنك لا تختلف عنهم. أما إذا اقترح أصدقاؤك فكرة تمضية وقت طيب على حساب احراز تقدم فى المدرسة، فستقع فى خطر إهمال دروسك. وبذلك ترى أن الرغبة فى كسب الأصدقاء ستصبح عاملاً هاماً فى حياتك والتأثير على أهدافك المستقبلية.

من هذا البحث تلاحظ أن موافقة أو عدم موافقة رفاقك للشباب قد يكون لها تأثير كبير على سلوكك ومواقفك وأفكارك. والحقيقة أنه بالنسبة للكثير من المراهقين تأتى أهمية الأصدقاء أحياناً قبل الأهل. وبذلك يؤثر أصدقاؤك فيك إلى حد التأثير على أخلاقك وتنمية صفاتك الجيدة.

من الطبيعى للشباب أن يطلبوا موافقة رفقائهم. ومن حيث أنهم يتأثرون كثيراً بهم فإن أهلهم يشعرون أحياناً أن أولادهم يسلكون سبيل العصيان. والحقيقة أن المراهق لا يقصد أن يعصى دائماً رغبات وأفكار أهله. وربما كان مستعداً للتضحية برضى أهله كى يحظى برضى أقرانه. لكن هناك خطراً

عظيماً فى مثل هذه التضحية لأنها تعنى على الأغلب أنه يساوم على أمور تتعلق بضميره. فأنت تسأل إذاً «ما العمل؟ فأنا أتوق إلى رضى رفاقى وفى الوقت ذاته لا أريد أن أغضب والدى. كما أتمنى أن أفعل ما هو حق كى أنمى شخصية طيبة وصفات حميدة. لكن عندما يصر أصدقائى على مشاركتهم أعمالهم الخفية أجد من الأسهل أن أسايرهم من أن أسمع انتقاداتهم».

إن الجواب على سؤالك : «ما العمل؟» يشمل التدقيق فى اختيار أصدقائك. وعليك يتقرر إلى حد بعيد ما ستودع من مستقبلك فى أيدى أصدقائك. فنظراً لاعتبارك العظيم لهم فإن حياتهم تصبح عملياً جزءاً من حياتك. وهكذا يصبح لاختيارك للأصدقاء أهم اعتبار لديك. وعليك أن تختار أصدقاء تعجبك صفاتهم ويمكنك أن تتبنى مبادئهم.

ولكى ينعم الأصدقاء بصحبة بعضهم بعضاً أن يكون منسجمين فى أفكارهم ومتفقين، وأن تكون تصرفاتهم مسايرة لبعضهم بعضاً. إذاً ففى اختيارك لصديقك عليك أن تسأل : «هل هذا هو الشخص الذى أحب أن أكون مثله؟ «إذا كان الجواب نعم فأنت فى مأمن إذ تنشىء مثل هذه الصداقة. وإلا فأنت معرض للخطر.

لكنك تقول : «الشباب فى بيتى لهم مُثل مختلفة عن مُثل والدى. فهم يعتقدون أن أهلى مدققون جداً وإنى غريب الأطوار لأننى لا أمارس الأشياء التى يمارسونها. فكيف يمكننى أن أختار أصدقاء مثاليين فى مثل هذه الظروف؟

إذا كان هذا هو فعلاً وضعك فمشكلتك صعبة لكنها ليست مستحيلة الحل. أنه من الأفضل لك أن لا تصاحب أحداً من أن تصاحب شباناً مُثلهم ومقاييسهم أدنى من مثلك ومقاييسك.

طبعاً أنت بحاجة إلى مصادقة ومعاشرة شبان فى مثل سنك. لكن إذا لم يوجد فى بيئتك شبان يتمسكون بالمُثل ذاتها كَمُثلك أنت فمن المستحسن أن تختلط بشبان لهم مثل رفيعة ولو كانوا من منطقة أخرى.

وأنت لا تعد متكبراً إذا دققت فى اختيار أصدقائك. فالاختيار الحكيم للأصدقاء هو حيطة ينبغى لك أن تتخذها لكى تضمن لنفسك عِشرة طيبة للحاضر وسمعة حسنة للمستقبل. لذلك فانك إذا رافقت شباناً سيىء السمعة فسيظن الناس أنك تشبههم. لكن إذا كان أصدقاؤك من أصحاب المبادىء السامية فستوصف عادة بهذه الصفة.

فى مطلع سنى المراهقة تنجح صداقتك على الشبان الاخرين، لكن مع تقدمك فى السن تبدأ فى التعرف إلى بعض الفتيات. وحتى الفتيات إذا كن من ذوات المثل الرفيعة فسيحاولن التأكد، قبل مصادقتك، ما إذا كنت أنت أيضاً كذلك.

قبل كل شىء يفترض أن أخلاقك هى كأخلاق من تعاشرهم. إذاً فعلى أساس اختيارك الأول للأصدقاء ستتوقف صداقاتك فيما بعد. واختيارك المبكر للأصدقاء سيكون بمثابة مغنطيس يقرر نوعية الشخص الذى ستجتذبه ليكون صديقاً لك.

ومن المحتمل أن العديد من أصدقائك فى المستقبل سيتم اختيارهم من بين من تعرفت عليهم فى سنى المراهقة. إذا فمن المهم لك أن تولى مسألة اختيارك للأصدقاء اهتماماً بالغاً.

الشاب .. عندما تلتحق بكلية ستكتشف أن التقدم فيها لا يتوقف على النجاح فى الامتحانات فقط بل أيضاً على إقامة علاقات وثيقة بأساتذتك ومرشديك. وسواء التحقت بكلية أم لا ستكتشف دائماً أنك بحاجة إلى معرفة وكسب الأصدقاء.

الفتاة .. ستكتشف أن التكيف على باقى الناس هو أمر ضرورى للنجاح.

+ معظم العلاقات البشرية تتطلب قدراً لا يستهان به من فن التعامل، فلكى تكسب أصدقاء عليك أن تقدم نفسك للآخرين كشخص مرغوب فيه جدير بالصداقة والثقة والاحترام.



قصة

تعرفت مرة إلى أخوين يتيمين قررا أن يدرسا الطب وقد اتخذا هذا القرار عندما كانا فى سنى المراهقة وعلى الرغم من افتقارهما إلى المال اللازم لتحقيق ذلك، إلا أنهما كانا يمتلكان ما هو أغلى من المال. فقد كانا محبين لبعضهما، كما نميا القدرة على إيحاء الثقة بهما ودفع الناس إلى حبهما. بالإضافة إلى ذلك فهم مجتهدين ويحبان العمل.

وهكذا وضعا خطة يعمل بموجبها أحدهما لمدة سنة بينما يذهب إلى المدرسة. ثم يتناوبان الدراسة والعمل فى السنين التى تلى ذلك. وقد نجحت هذه الخطة فى المدرسة الثانوية وفى السنوات الأولى من الجامعة وما أن تقدما فى الجامعة ودخلا فرع الطب حتى وجدا أنهما من السهل عليهما متابعة الدروس بدون عوائق. فى هذا الوقت أثبتت ميزاتهما الشخصية فى الصداقة أنها لا تثمن. فقد نجحا فى إجراء اتصالات مع أشخاص قادرين وراغبين فى اقراضهما الأموال الكافية لمتابعة دراستهما. فلو كان هذان الأخوان غير محبين وغير ودودين فى علاقتهما ببقية الناس لما أتحيت لهما الفرصة لإكمال دراسة الطب.

+ يمكنك كشاب التأكد أنك إذا انطلقت بدوافع وطرق صحيحة لكسب الأصدقاء ستكافأ بغنى. وستكون مؤهلاً لتكوين صداقات حتى مع الأشخاص الأكبر منك سناً. لأن الكبار يحبون الشباب ويعجبون بيقظتهم وحماسهم، والشخص المتقدم فى السن يعتبر «شاباً أو رجلاً عنيداً». فإذا قدم شاب أدلة على المودة والصفات الأخرى التى تبشر بالنجاح فى المستقبل، فإن الشخص الأكبر سناً يكون راغباً فى مساعدته بقدر إمكانه فى جهوده لبلوغ هدفه.

الشاب العادى هو بطبعه متفائل - أكثر من المتقدم فى السن - الشخص الكبير يعجب بتفاؤل الشاب حتى وإن كان لا يوافقه.

+ هناك أمور يمقتها الكبار.

عدم مراعاة بعض الشباب لشعورهم : وهذا سببه أن الشاب لا يفكر إلاّ فى نفسه. إذا أن اهتماماته تحتل المكان الأول فى نفسه، إلاّ أن الشاب الذى يتوقع النجاح فى الحياة عليه أن يدرب نفسه ليفكر أيضاً فى اهتمامات الآخرين.

ويجب على الفتيات أيضاً أن تدرب نفسها على التفكير فى رغبات الآخرين.

+ روح المزاح : أن الشخص المتقدم فى السن لا يبخل بالمتعة على الشاب لكنه بنظرته إلى الحياة يفكر أولاً فى عواقب الهزل ... أما الشاب فهو يفكر بالمرح الذى يوفره المزاح.

والفتاة .. أيضاً تفكر فى اللذة التى تنشىء عن مثل هذه النكات.

أود أن أقول :

على الشباب والفتيات أن يتحكموا فى تصرفاتهم ويفكروا قبل اتخاذ وعمل أى موقف.

والكبار أيضاً لا يلاموا لأنهم بسبب خبراتهم فى الحياة يعرفون أحداثاً كثيرة أفضت فيها نكتة واحدة إلى مأساة.

وهذا لا يعنى أن نكون متشددين ونتعامل دائماص بالعبوس ولكن حتى المرح له حدود ووقت.

+ على الشاب والفتاة ..

أن تترك انطباعاً طيباً ومراعاة شعور الناس فى حديثك معهم. ليس فقط

لأن الحديث هو وسيلة الإتصال، بل لأن الناس غالباً ما يحكمون على الشخص من حديثه، ولذلك فهو جزء مهم من شخصية الإنسان.

فإذا كنت تريد خلق انطباع حسن عنك. عليك أن تولى مسألة حديثك مع الناس اهتمامًا فائقاً.

ثالثاً الصداقة والصحة

كلمة «صداقة» مشتقة من الصدق أو التصديق .. وهى المحبة الصادقة فى التعامل مع الناس.

ولأن الصداقة وجه واسع من أوجه التعامل مع الناس ..فهناك:-

- الصداقة العامة : وهى صداقة الإنسان لكل شخص يكون أهلاً للمصادقة من بنى البشر، لأنه بشر مثلهم.
- الصداقة الخاصة : وهى الصداقة الحميمة لأصدقاء مقربين لقلب ذلك الإنسان ويكون هو أقرب الناس إليهم وأكثرهم التصاقاً بهم.
- فالصداقة ضرورة إنسانية، فالإنسان اجتماعى بطبعه، ولذلك فإن الصداقة ضرورة حياتية فى كل زمان وكل مكان. لأن الصديق حاجة ضرورية فى كل ظروف الحياة.
- فالصداقة تستثمر المبادىء وتغذى الأخلاق، وتساند الوهن وتقوى الضعف.

طرائف وعجائب: «الصداقة ضرورة للصحة».

فقد أثبتت الدراسات تأثير الصداقة على الصحة.

إن نسبة الوفيات ترتفع بين الأشخاص الذين لا يسعون إلى تكوين صداقات

أو الذين لديهم عدد محدود من الأصدقاء، بل هم يكونون أكثر من غيرهما عرضة لأمراض القلب والسرطان والتوتر النفسى والشعور بالإكتئاب.

وتفادياً لذلك يوصى بالاهتمام بتكوين صداقات جديدة ومستمرة حتى يشعر الشخص منا بأهمية الحياة والرغبة الدائمة فيها، فيبتعد عن كل ما يعرضه للأمراض التى تنتج أساساً من الأزمات النفسية التى تبدأ من الشعور بالوحدة والعزلة.

- أن أسلوب الحياة الحديثة، من السكنة فى بنايات كثيرة الشقق وتفضيل الهاتف والفاكس والكمبيوتر والتليفزيون والفيديو والنت تجذب الإنسان بعيداً عن التواصل واللقاء المباشر مع الناس.

لكن الحياة الحلوة هى مشاركة الناس فى المسرات والتحديات والأزمات والخبرات، لذلك فعلى كل شخص أن يبذل جهداً فى الالتصاق بالناس وتكوين صداقات.

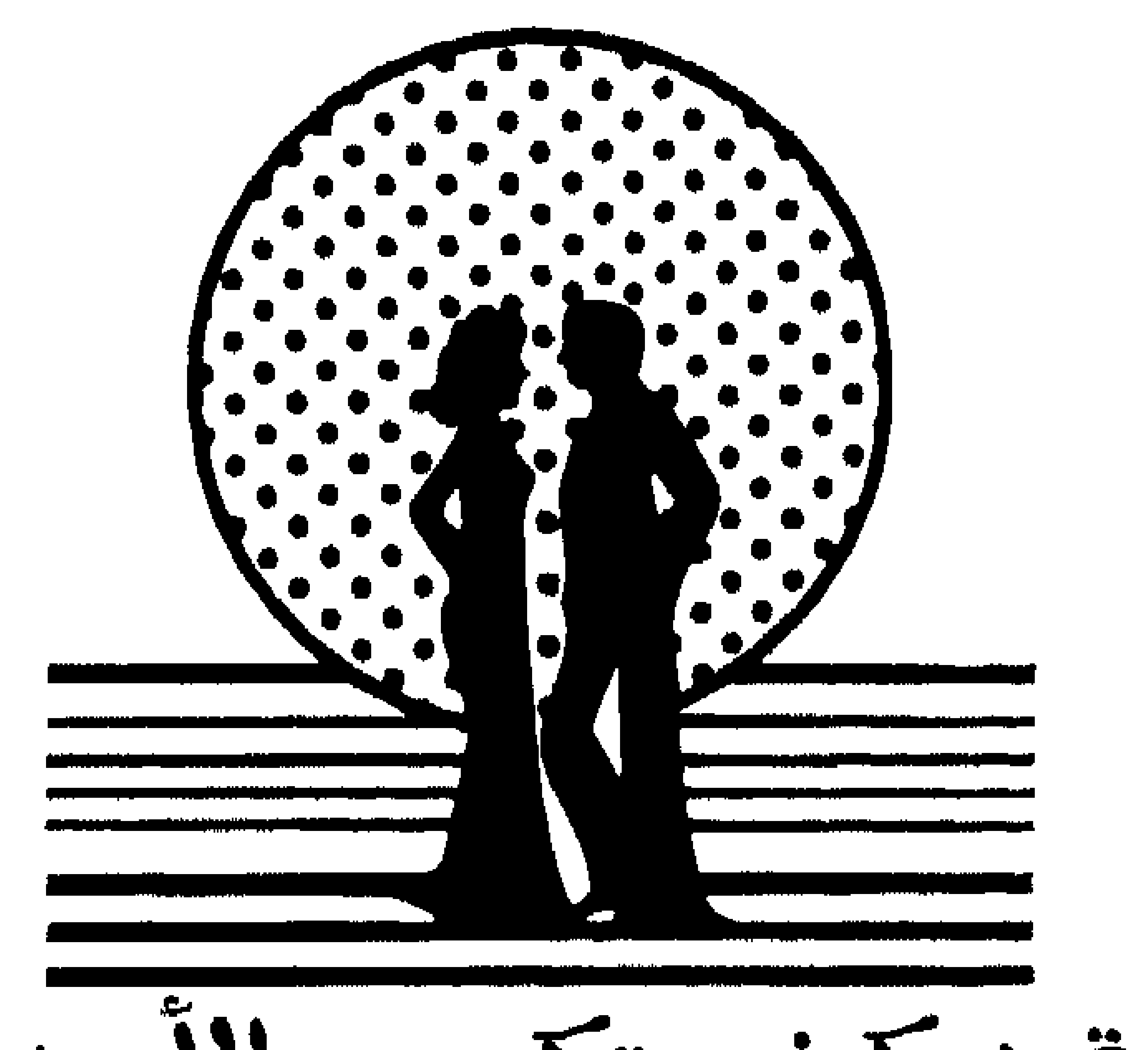
«عزيزى الشاب ... عزيزتى الفتاة»

+ يتوق كل شاب إلى الصداقة ويرغب أن تكون له شعبية بين رفقائه وأن يكون مرضياً عنه من الأشخاص الآخرين.

وهكذا الفتاة أيضاً تتوق إلى الصداقة واكتساب شعبية بين الرفاق كما تتوق إلى الحب والألفة وأيضاً تود أن تكون مقبولة بين الآخرين.

+ أول مظهر من مظاهر إهتمامك بالآخرين هو رغبتك فى أن يرحب بك شبان فى مثل سنك والشابات أيضاً.

وبالمثل الفتاة ترغب فى أن تنال ترحيباً من الفتيات والشبان أيضاً.



خاتمة : كيف تكسب الأصدقاء

استمع إلى صديقك

فعندما تتحدث إلى أحد تذكر أن أعظم لذة يجدها الشخص الآخر هى أعطاؤه فرصة ليروى لك اختباراته ويذكر الأشياء المحببة إليه. ما من شك فى أنك ستحب أن تخبره عن الأشياء التى تعجبك. لكن لنفترض أن الحديث هو فرصة لك لتكسب صديقاً، فهذه الفرصة هى أهم من اللذة الشخصية التى تحصل عليها من رواية اختباراتك الخاصة. إذاء فسر نجاحك فى هذا المجال يكمن فى اغتنامك الفرصة على أفضل نحو بالسماح للشخص الآخر كى يروى اختباراته بينما تصغى أنت إليه.

إذا تعلمت أن تفعل ذلك فالحديث سيكون لصالحك، والشخص الآخر الذى تولى القسم الأكبر من الحديث سيذكرك دائماً. فهو إذ يكون قد تمتع بهذا اللقاء وتذكر كيف أنك أعرته كامل انتباهك فسيتحدث عنك أمام الناس، وبهذا يخلق انطباعاً طيباً عنك فى أعين الناس.

إذا فمبدأ كسب ود الشخص الآخر فى الحديث بسيط جداً. وما عليك إلا أن

تتخلى عن لذتك فى إطلاعه على اهتمامك الشخصية والسماح له بأن يتحدث عن اهتماماته هو وبهذا سيعتبرك من أعز الأصدقاء وسيحبك.

ومع أن هذه الاستراتيجية سهلة، إلا أنها تتطلب منك قليلاً من الكلام والملاحظات المتفرقة لتخلق انطباعاً عنك. فالشخص الذى يكلمك ينفر منك إذا لم يبد منك أى اهتمام بما يقوله.

لكنك قد تقول: «لنفترض إننى لست مهتماً فعلاً بما يقوله «جوابى عن هذا هو أنه من الممكن أن تهتم فعلاً بأى حديث إذا دربت نفسك على ذلك. وستظهر حقيقة اهتمامك بالأسئلة والملاحظات والتعليقات التى تشير إلى تقدير لما يقال.

قصة : قال أحد المؤلفين:

أذكر إننى أقمت صداقة مع شخص يملك مواشى فى أحد الولايات الغربية بأمريكا. فكان يروى لى قصصاً عن اختباراته فى ركوب الخيل. وكانت تلك القصص فى غاية المتعة والجمال. فكنت أفضل الاستماع إليها على قراءة الكتب.

وفيما أنا أتحدث إليه مرة قال لى : «أنا أعرف أشياء كثيرة عن المواشى لكن معظم الناس لا يهتمون بما أقوله عنها. وهكذا ما يضطرنى إلى الصمت. أما أنت فتختلف عنهم كل الاختلاف لذلك فأنا أحب التحدث إليك». إن شعور هذا الرجل هو كشعور بقية الناس أى أنه يحب من يصغى إلى قصصه واختباراته.

وأنت لا تكسب ود الناس فقط بكونك مصغياً بارعاً بل تجد بعد وقت قصير أنك نميت فى نفسك اهتماماً جديداً بالناس بعد أن تعلمت كيف تراقبهم

جيداً فى أحاديثهم. والأكثر من ذلك أن الأمور التى تتعلمها من إصغائك إلى آراء الناس وأفكارهم ستوسع آفاق معرفتك. فتتطور اهتماماتك وتزداد. وهذا يجمل حياتك ويمكنك من لعب دور حيوي أى فى دائرة اجتماعية.

وهكذا نرى أن كسب الأصدقاء ليس صعباً. وهو بالحقيقة من أبهج النشاطات البشرية. ومهم نوع خاص فى حياة الشاب. فالأصدقاء الطيبون ذخر لك.

هناك قواعد معينة لكسب الأصدقاء تحتاج إلى تتبع لكن هذه القواعد بسيطة وتتوقف على مقدار فهمك للطبيعة البشرية التى هى رائعة حقاً.

كيف تجذب الأصدقاء إليك؟!

يجد بعض الشباب مشكلة بسبب عدم انجذاب الآخرين لحديثهم، أو لعدم الاهتمام بمتابعة ما يقولونه. كما يجدون صعوبة فى مناقشة مسألة هامة، أو تبادل الآراء المختلفة بصورة سلسلة وبلا خوف أو إحراج.

وهناك طرق عديدة وسهلة تساعدك على أن يكون كلامك حلواً أو جذاباً، وطريقة كلامك تشد الآخرين إليك:

- اهتم بأن يكون لكلامك معنى لديك ولدى الآخرين، وإلا يكون مبهماً أو موحهاً لصديق واحد دون الآخرين، حتى لا يتضايق بقية الأصدقاء، نتيجة عدم فهمهم.
- تجنب أن يكون حديثك دائماً بلا هدف أو أن يكون بغرض تسلية الآخرين فقط، لنيل رضاهم، فهذه الطريقة تصرف الناس عن الاهتمام بحديثك أو متابعته.
- إذا وجدت أن أصدقائك لا يهتمون بحديثك، أو يعيروك الانتباه الكافى،

فهذا يرجع إلى عدة أسباب، منها أن يكون موضوع حديثك غير جذاب لهم، أو لا يهمهم، أو موضوع قديم ملّوا من الحديث فيه، وضاقوا بمناقشته. فابحث أولاً عن سبب انصراف الناس إلى متابعتك.

- اهتم بأن يكون كلامك جاداً، وطريقتك جادة، ما دام الموضوع جاداً لا يحتمل الاستخفاف به، فلا تقحم فيه بعض النكات أو التعليقات بدون مناسبة، أو ظناً منك أن هذا الأسلوب يشد الآخرين ويفرحهم.
- لا تختلق قصصاً أو مغامرات لم تحدث لك، لكي تشد بها إنصات وإعجاب الأصدقاء. إذ سينكشف سريعاً أن كلامك وقصصك غير حقيقية، وهنا سيصعب على أصدقائك الوثوق بكلامك مرة أخري.
- تجنب أن تكون كلمة «أنا» هى أكثر الكلمات فى حديثك، فتكرارها يشير إلى الأنانية والانفصال عن الآخرين.
- لا تفرض رأيك على الآخرين، إذا لم يقتنعوا به، ولا تدع معرفتك بكل الأمور، أو بكل التفصيلات، أو تطالب أصدقائك ألا يصدقوا أحداً غيرك.
- الحديث الجذاب لا يعنى أن تستحوذ على « الجلسة» كلها، أو ألا تعطى فرصة لصوت آخر غيرك، فإذا رغبت أن يستمع لك أصدقاؤك أو إخواتك، فيجب عليك أن تستمتع أنت أيضاً لهم،وأن يكون الحديث مشتركاً بعيداً عن العصبية، أو التكلم بصوت عالى للفت النظر.
- لا تقاطع من يتحدث لكى تعترض أو توافق على ما يقول، وانتظر حتى ينتهى كلامه لتعبر أنت عن رأيك.
- لا تستخف رأى الآخر أو تكذبه حتى ولو كنت تعرف أنه غير صادق،

حتى لا تحرجه، ويمكنك أن توضح الصورة الحقيقة بعد ذلك بطريقة لبقة ودون الإساءة لأحد.

- تجنب الدخول في مناقشات غير مجدية، أو قد تتسبب فى حدوث شقاق وحرج بينك وبين أصدقائك، واحرص على احترام رأى الآخر حتى لو لم تقتنع به.

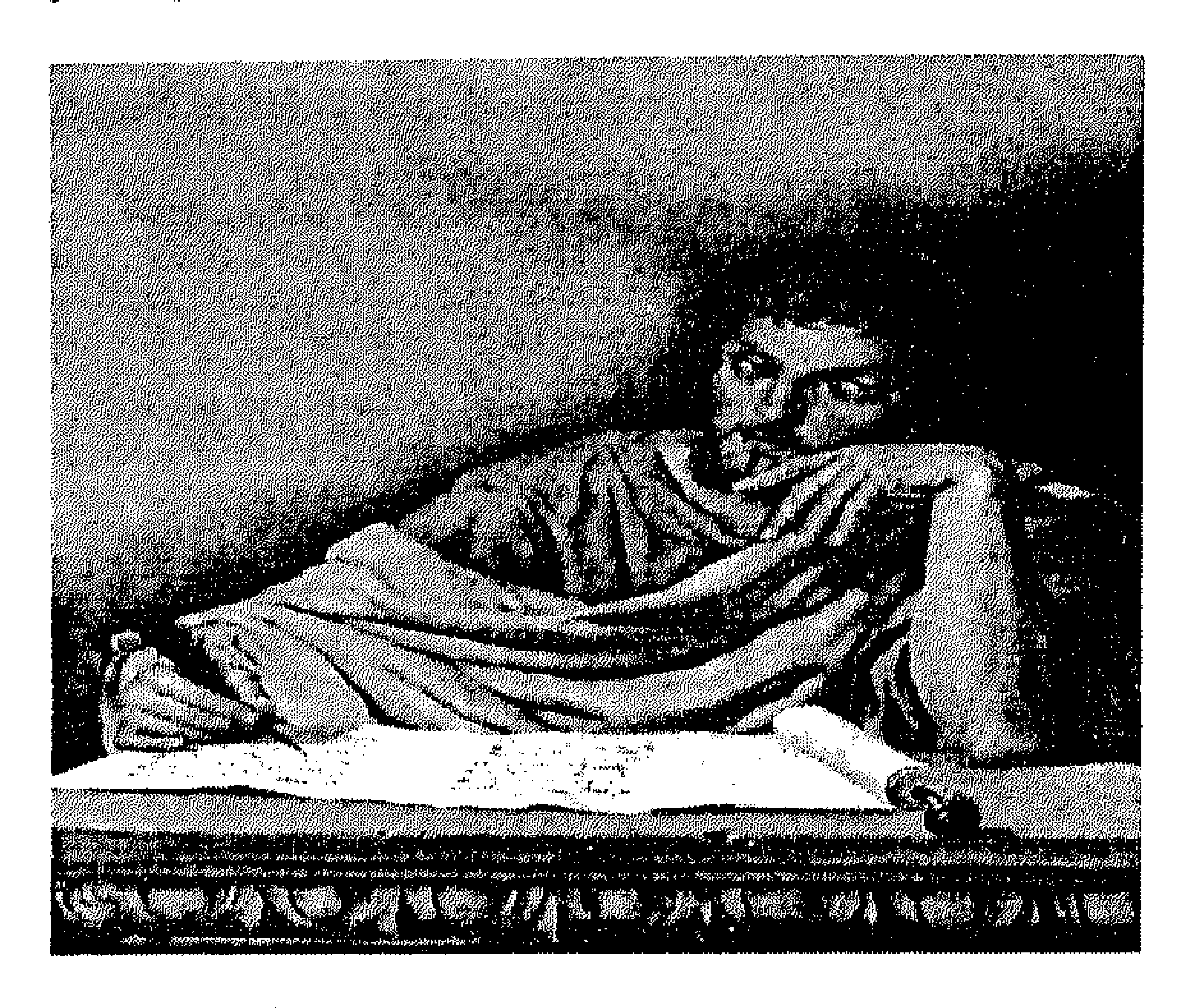
- لا تجرح مشاعر أحد، حتى لو كنت تعرف أشياءاً أو أسراراً عن أحد الأصدقاء، فلا تصرح بها لأحد، وتجنبْ أن تجرح مشاعره، وإذا شعرت بالالتزام أو بالواجب نحوهم فليكن حديثك مع هذا الصديق على حدى.

- كن لبقاً عندما يقاطعك أحد، أو يختلف معك فى الرأى، فلا تخرج أو تصمت بل قل أن هذا رأيه، أما رأيك أنت فهو ...، وهكذا تتجنب حدوث صدام أو حدة في الكلام.

- إذا حدث واختلف صديقان فى الرأى، واحتدت مناقشتهما أمامك، فحاول تهدئة الجو بينهما باستخدام بعض التعليقات الخفيفة، أو بمحاولة إنهاء هذه المناقشة، ومحاولة لفت نظرهما إلى شىء آخر، لصرفهما عن مناقشاتهما.

- إذا طلب منك أصدقاؤك إبداء رأيك فى موضوع لا تعرفه، أو تعرف أن رأيك قد يغضب الآخرين منك، فلا تخرج من اخبارهم أنك لا تعرف، أو أنك تفضل الرحتفاظ برأيك، ولا تتسرع بالإدلاء بأى رأى إرضاء لهم.

رسالة بولس الثانية إلى تيموثاوس



ملاحظة : تحتاج هذه الدراسة إلي استخراج الآيات المذكورة لتكملة المعنى وإلا فقدت كثيراً من الفائدة المرجوة منها.

تمهيد

كتب بولس الرسول هذه الرسالة من سجنه فى روما وكانت آخر رسائله، إذ يقول فيها أن وقت انحلالى أى انتقاله من هذا العالم قد حضر (٢تيم٤: ٦).

كما كان أيضاً يعلم جيداً أن تيموثاوس الخادم الشاب كان ضعيف البنية جسدياً (١تيم٥: ٢٣) وهذا طبع ميال للخجل وللتصرف بجبن. وذلك بالرغم من إيمانه المشهود له (العدد٥). بالإضافة إلى كل هذا كان الرسول الشيخ كسير القلب على الذين وثق بهم وكان يعمل فيهم خيراً غير أنهم تركوه وارتدوا عنه وخجلوا بقيوده (العدد ١٥) . نعم، فالرسول كتب هذه الرسالة لأنه كان يخاف أن لا يحتمل تيموثاوس كل هذه الضغوط والمشقات فى الخدمة فينحنى تحت وطأتها ويتراجع كغيره ممن سبقوه.

كتب إليه كلمات تشجيع وتقوية. وذلك لأن مجال الشعور بالخجل بشهادة الرب يسوع متوفرة : فالإعتراف والشهادة لشخص قضى مصلوباً صعب لأنه أمر لا يدعو إلى الافتخار . كما أن الإنسان لا يشعر بشرف عظيم بالانتماء لرجل مأسور كبولس، بل على العكس سيكون تعيير الناس وشماتتهم هى من نصيبهم. ناهيك أيضاً أن تصرفاً كهذا يعرض صاحبه للخطر، ما دام له علاقة بالإيمان المرفوض عينه، والذي من أجله سجن رسول الأمم وسيستشهد أيضاً.

لقد استخدم الرسول وسائل شتى فى سبيل تشجيع تيموثاوس. فذكره بالبركات العظيمة التى هى لنا فى المسيح من إبطال للموت ووعد يقينى بالحياة الأبدية، ومواهب الروح القدس وغيرها (الأعداد١و ٦و ١٠). فالروح القدس المعطى لنا ليس روح الخوف (رومية٨: ١٥) بل روح القوة (لو٢٤: ٤٩، أعمال ١: ٨) والمحبة والنصح. وهو نفسه الذى يدفعنا لنجاهر باسم المسيح دون أى خوف حتى أننا فى محبتنا للرب وللنفوس الهالكة ننسى نفوسنا ولا نعود نحتسب لأية عواقب يمكن أن تصيبنا (أع٢٠: ٢٤). أما النصح فيأتى بمعنى الرزانة والتعقل وهذا أمر مهم بالنسبة لتيموثاوس الشاب. كما أن يفيد أيضاً معنى القوة والسلطان على ضبط نفوسنا من أجل احتمال المشقات والضغوط. فالإنجيل الذى نكرز به يتضمن أيضاً دعوة للإشتراك فى حمل الصليب وعلينا نحن المؤمنين أن ننتظر ونتوقع أن يواجهنا ما قد أصاب ربنا قبلنا (متى٥: ١١و١٢، يوحنا ١٥: ٢٠).

كما نجد أيضاً الرسول بولس يقدم نفسه وخادماً آخر اسمه انسيفورس مع بيته كقدوة في الثبات فى الرب رغم المشقات (الأعداد١٢، ١٦– ١٨). فبولس لا يخجل من السلاسل لأنه يعرف الرب (يوحنا١٠: ١٤، ١٧: ٢٥). أنه يعلم أنه إله أمين فى مواعيده (٢تيم٢: ١٣). وهو يعلم بمن آمن وليس بما آمن للدلالة على أن إيمانه يرتكز على شخص المسيح الحى وليس على

عقيدة أو أى شخص آخر. وإيمان بولس هنا يفيد معنى الثقة كثقة الذى يودع وديعة أو أمانة مع شخص ما. وهو موقن (رومية ٨: ٣٨) رغم كل الصعوبات حواليه أن وديعته أى جسده ونفسه وروحه سيحفظها له الرب الأمين (١ تسالونيكى٥: ٢٣، ١ بطرس٤: ١٩).

أجل تيموثاوس «المنطوى على نفسه» كان يحتاج إلى رسائل توصية من بولس يطلب فيها من الأخوة أن يكون فيها هذا الشاب عندهم بلا خوف وأن لا يحتقره أحد (١كورنثوس١٦: ١٠). لكنه بنعمة الرب وبفضل تشجيعات بولس له أصبح مقداماً حتى أننا نقرأ أنه هو أيضاً أعطى بدوره الامتياز أن يسجن من أجل اسم المسيح (عبرانيين١٣: ٢٣).

الأصحاح الأول

١- كان بولس الرسول يكتب كأب في المسيح إلى ابنه الحبيب فى الإيمان تيموثاوس. وهذه الرسالة أظهرت محبة خاصة دافئة نحو تيموثاوس أوضحها فى آخر رسالة يكتبها إليه.

٢- **تحية بولس الرسول إلى تيموثاوس** (نعمة ورحمة وسلام) هنا نراها تشتمل على كل الأشياء التى من الممكن أن يحتاجها تيموثاوس على مدى حياته ... النعمة والبركة والسلام.

٣- يشكر بولس الرسول من أجل أن أجداده قد خدموا الرب وعبدوه بضمير طاهر فى العهد القديم. كذلك من أجل نفسه لأنه بينما كان سائراً في طريقه إلى دمشق قابل يسوع الفادى. وبإيمانه صار ضميره طاهراً ونقياً (عبرانيين١٠: ١٢. ١يوحنا١: ٧).

٤- كذلك يشكر بولس فى كل وقت من أجل دموع تيموثاوس. أن الدموع ليست دائماً علامة على الضعف أو الأسف والندم. ولكن أحياناً يذرفها الإنسان وقت الفرح الشديد العميق، أو وقت الشكر والعرفان.

قارن أعمال ٢٠: ٣٧. كان بولس يصلى من أجل تيموثاوس فى صلاته اليومية، كذلك فى ساعات الليل عندما يكون يقظاً كان بولس مشتاقاً جداً أن يراه مرة ثانية وهذا كان سيجعل بولس سعيداً جداً.

هل تريد أن تعرف ماذا كان يتطلع إليه بولس أيضاً؟

انظر وإملأ هذه الفراغات

رومية	١: ١١	....
رومية	١٥: ٢١،٢٢	....
فيلبى	١: ٨	....
فيلبى	٤: ١	....
١ تسالونيكى	٣: ٦	....
٢ تسالونيكى	٥: ٢	....

٥- كذلك يتذكر بولس الإيمان المخلص الحقيقى الذى كان لأجداد تيموثاوس... حيث كانت أمة يهودية ومؤمنة (انظر أعمال ١٦: ١). وهكذا كانت جدته أيضاً. يا له من امتياز وتميز كان لتيموثاوس نتيجة حياة جدته الصالحة، وأمه الفاضلة! لذلك ليس من عجب أن يوجد هذا الإيمان الحقيقى الصادق فيه كشاب. يقول بولس له أنه موقن أن هذا الإيمان موجود وراسخ فى قلبك أيضاً.

هل تعرف أيضاً ما الذى يسكن قلب المؤمنين؟

انظر وإملأ هذا المكان

٢ كورنثوس	٦: ١٦	....
رومية	٨: ١١	....
٢تيموثاوس	١٤:	....
كولوسى	٣: ١٦	....

أعتقد أنه من الشيق أن نلاحظ مدى نشاط وقوة ذاكرة بولس : فى الفقرة من عدد٣: ٦ يذكر لنا ٤ كلمات مختلفة:

١- أذكرك عدد٣

٢- ذاكراً دموعك عدد٤

٣- أتذكر الإيمان عدد٥

٤- فلهذا السبب أذكرك عدد٦

عندما اقترب الموت من بولس، يرى بولس قيمة هذه الذكريات الثمينة القيمة ويتذكرها باستمرار ...

٦- موهبة تيموثاوس قد ذكرت من قبل فى تيموثاوس الأولى ٤: ٤.

حاول أن تضع بعض الملحوظات عليها هناك.

لذلك الآن لا يحتاج تيموثاوس إلى موهبة جديدة أو بركة جديدة لكن بولس يقول له أن يحسن استخدام هذه الموهبة التى له فعلاً. يجب عليه أن يقدم ويشعل هذه الموهبة الثمينة باستمرار، وهذه التشبيهات سواء الرياح أو النار التى تضرم هى صورة للروح القدس الذى فينا.

أن تيموثاوس مثلنا كلنا نحن المؤمنين نحتاج إلى الامتلاء من قوة روح الرب كى نستطيع أن نعمل عمل الرب (أفسس٥: ١٧، ١٨).

٧- أن نفوسنا البشرية العادية ربما تجعلنا أحياناً خادمين

- لكن روح الله يملأنا بالقوة الروحية وقوة الشخصية، والقدرة على مواجهة المشاكل لكى نتمم مشيئة الله فى حياتنا.

- كذلك يملأنا بالمحبة، المحبة الباذلة التى نحتاجها فى حياتنا ٠أنظر كورنثوس١: ١٣ وكذلك يوحنا الأولى ٤: ١٨).

- كذلك يملأنا بروح النصح والتأنيب وضبط النفس، وهذه ثمار أخرى من ثمار الروح (غلاطية٥: ٢٢،٢٣).

٨- الخوف ربما يولّد الخجل والخزى. أن الخجل والخوف بالنسبة للإنسان مثل وحشين قويين، ومثل مخلوقات الظلام المخيفة التى تتربص بالمؤمنين. لا يجب أن نخجل من الزب، أو بمن سجنوا من أجل اسمه.

لاحظ المثال الواضح بجلاء لذلك فى شخص بولس فى عدد ١٢ وكذلك فى أنسيفورس فى عدد ١٦.

- يتكلم بولس عن نفسه يقول أسيره أى أسير الرب عاش بولس من أجل المسيح، وكان سجنه من أجل المسيح أيضاً. ويدعو بولس تيموثاوس أن يشترك معه فى احتمال المشقات (كولوسى١: ٢٤).

وكل هذه من الممكن احتمالها فقط بحسب قوة الله!

٩، ١٠ عدد ٩،١٠ يعطينا فكرة دعوة الله المقدسة وبشارة الخلاص.

ما هى الدعوة؟

خصائصها : مقدسة بحسب شخصية الله، وهى تحفظنا وتثبتنا فى شخصه القدوس.

أساسها : سلبية بالنسبة لأعمالنا نحن أى ليست متوقفة على أعمالنا الخاصة تيطس٣: ٥

إيجابية : بالنسبة لله وقصدة منذ الأزل أى أنها بسبب محبة الله لنا، وبسبب نعمته التى أعطاها لنا منذ الأزل (أفسس١: ١١، ٣: ١١).

أن نعمة وبركة الله هذه لنا لا مثيل لها أو نظير، وهى خاصة جداً، لنا نحن فقط.

نعمة الله مصدرها: أين؟ ← فى المسيح

متى؟ ← قبل الأزمنة، وقبل بدء وخلق كل الأشياء.

ترتيب حدوثها: عندما جاء المسيح، وظهر لنا كإنسان على الأرض وعاش بيننا.

عملها: أبطلت الموت وجعلته بدون أى قيمة ولا خوف منه لأن المسيح هو الذى حطم الموت، وأزال رهبته وشوكته.

- أنارت الحياة، وجعلت لنا حياة أبدية ثمينة نسعى إليها، وهى حياة متميزة فريدة لا نظير لها، لأن المسيح هو نور الحياة (أفسس٣: ٩).
- أعطتنا الخلود، وجعلت الإنسان لا يزول وينتهى بل يبقى خالداً. جسدياً (١ كورنثوس١٥: ٥١،٥٤)، خلقياً بالبقاء (رومية٢: ٧).

مفهومها وقصدها: من خلال دعوة الحياة الجديدة فى المسيح يكون كل من الموت والقيامة فى المسيح يسوع (١ كورنثوس١٠: ١١).

١١- دعوة المسيح الجديدة هذه هى التى بشر بها بولس الرسول كل كرازته التبشيرية **فقد عينه الله:**

١- **كارزاً**، أو مبشراً، أو شخصاً مرسلاً من الله.

٢- **رسولاً**، يحمل رسالة خاصة جداً أو بمثابة السفير الذى يملك سلطة.

٣- **معلماً**. وهو الإنسان الذى يعلم بالحقيقة للآخرين.

١٢- ومن أجل كل هذا قاسى بولس وعانى كثيراً. إقرأ ٢ كورنثوس١١: ٢٢- ٣٣. كى ترى كم تألم وتعذب وقاسى بولس، لكنه لا يخجل من هذا ... رقرأ عدد ٨ ثم لاحظ شهادة بولس الواضحة عن الإيمان الذى فى قلبه. لقد كان مبنياً على خبرته الذاتية والشخصية:

- **لأنى عالم:** كلمة قوية، تدل على معرفة مطلقة بدون أى ريب أو تخمين بل بيقين وثقة.

- **بمن:** شخصاً ما، لا شك هو الرب. لا يتحدث عن دين أو عقيدة بل شخص حى.

- **آمنت:** بكل ثقة ويقين إيمانى الشخصى بالمسيح الوب.

- **وموقن:** مقتنع تماماً، بدون أدنى شك فى الإيمان.

- **أنه قادر أن يحفظ** : بكل القوة قادر أن يحمى ويحفظ حياتى.

- **وديعتى:** ربما هذه تعنى أن يحفظ الرب إيمانه، ويحفظ نفسه فى الخلاص الذى وهبه إياه. أو ربما كانت هى المعمودية أو الكهنوت الذى أعطى

لتيموثاوس أو ربما قصد أن يحفظ له دعوته للحياة الجديدة أو مسئولية الخدمة التى أعطاها له.

إلى ذلك اليوم: يوم الدينونة وحكم المسيح بالعدل. أنظر (رومية١٤: ٢، ١كورنثوس٣: ١٣). قال البعض أن بولس عاش كل حياته من أجل يومين.

هذا اليوم: يوم خدمته.

وذلك اليوم: يوم مكافئته على هذه الخدمة، قارن ٤: ٨.

١٣-يجب عليه أن يتمسك ويطيع الكلمات التى سمعها من فم بولس. ويجب أن تكون هى النموذج الذى يعيش فى حياتنا، ويسير بحسبها هكذا يطلب منه بولس.

١٤- أن معرفة حقيقة الرب هى كنز ثمين. الله جعل الروح القدس يحفظ المؤمنين ويثبتهم. ليس المؤمنون هم مصدر هذه الحقيقة بل هم الذين يعيشون بها ويحرسونها. الروح القدس يعيش فينا كى يباركنا ويحكم استخدامنا لهذه الموهبة العظيمة التى لنا وهى معرفة الله.

أن الروح القدس قادر أن يحفظ الوديعة التى فينا لكن علينا أيضاً أن نسهر.

١٥- أن تيموثاوس قد عرف ودخل قلبه الإيمان بهذه الحقيقة. لكن كان هناك كثيرون لم يعرفوها وابتعدوا وحادوا عنها.

منطقة آسيا هى التى نسميها حالياً أرض تركيا. كان هناك كثيرون من المؤمنون فى هـذه المنطقة ... وكان بعد من هؤلاء فى مدينة روما، عندما وقف بولس لأول مرة أمام نيرون للمحاكمة ويبدو لنا هنا كل هؤلاء المؤمنين رفضوا أن يقفوا بشهاداتهم فى صف بولس الرسول بل خذلوه وتخلوا

عنه قارن٤: ١٦. وكان من هؤلاء اثنين معروفين لتيموثاوس هما فيجلس، هرموجانس حيث كانا فى السابق تابعين لبولس، لكنهما فيما بعض تركاه وتخليا عنه .. قارن بطرس فى متى٢٦: ٥٧، ٦٩.

١٦- لكن كـان هنـاك اسـتثناء واضح وعظـيم وهـو أنسيفـورس (واسمه = مُحضر المنفعة أو النبوة) وقد عاش بالتأكيد حياة منطبقة مع اسمه! وقد حيا بولس الرسول مرات عديدة وهو فى سجنه.

١٧- وعندما جاء أنسيفورس إلى روما، طلبه بكل جد واجتهاد واحتمل البحث عن بولس، ولم يخجل أبداً من الذهاب إلى كل السجون كى يبحث عن صديقه المحبب لديه بولس. وعندما وجده حياً فرح به جدا. ولقد كان هذا سبب فرح وسعادة خاصة بالنسبة لبولس الرسول، إذ كان قد كبر فى السن أن يجد صديقاً له محباً له بكل هذا الحب، وله فى قلبه كل هذا الاهتمام. كان أنسيفورس بلا شك يضع فى ذهنه ما قاله السيد المسيح عن كأس الماء البارد (أنظر متى١٠: ٤٢، ٢٥: ٣٦، العبرانيين١٠: ٣٤، ١٣: ٣).

١٨- يصلى بولس الآن أن ينال أنسيفورس رحمة من عند الرب فى ذلك اليوم ... مرة أخرى نجد بولس يفكر فى هذا اليوم الذى سيقف فيه كل المؤمنين أمام عدل كرسى المسيح، وسوف ينالون الرحمة كمكافأة لهم من السيد المسيح الرب (عدد١٢: ٢، ٢كورنثوس٥: ١٠).

ولعل أنسيفورس وقت كتابة هذه الرسالة قد مات كما يتضح من قوله (بيت) أنسيفورس ،هذا يثبت عقيدة ضرورة الصلاة وطلب الرحمة للمنتقلين كذلك للمقارنة انظر لوقا١٧: ١٠) بخصوص العبيد البطالون.

الأصحاح الثانى



١- يابنى، هى كلمة تظهر مدى الحب، وهى كلمة تتحدث عن علاقة أسرية قريبة، ليست بالولادة بحسب الجسد. أنه شىء رائع ومدهش جداً أن يكون الإنسان عضواً فى أسرة الرب، عن طريق نعمته العظيمة التى أعطاها لنا. نعمة الله تعطينا الخلاص أولاً (أفسس٢: ٨). ثم تعطينا أيضاً القوة أن نعيش وننمو ونخدم الرب.

٢- عدد٢ هو بمثابة مفتاح لشىء ما يجب أن تتذكره. ولقد أوشك بولس أن يترك العالم، فكيف يستمر عمل الله عندئذ! لاحظ تسلسل الخطوات الأربعة بتسليم الأجيال الإيمان:

١- بولس قد علم بخدمته وتبشيره (ما سمعته منى).

٢- تيموثاوس سمع ما بشر وعلم به بولس.

٣- هناك أناس أمناء، موثوق بهم سوف يسمعون لكلام وتبشير بولس ويؤمنوا به.

٤- كذلك هناك آخرون سيمونون لديهم المقدرة والكفاءة على التعليم. أن المسيحى يجب أن يعتبر نفسه واسطة بين جيلين، فهو كالقناة التى توصل الماء لا يجب أن تنشف.

- ويمكننا أن نجد شرحاً أو تفسراً واضحاً لهذا فى دورات الألعاب

الأولمبية، حيث توقد شعلة الدورة فى اليونان، وهى المكان الذى بدأت فيه الدورات الأولمبية منذ حوالى ٢٠٠٠ سنة. ثم يحمل أحد العداءين هذه الشعلة لمسافة ما، ثم يسلمها إلى آخر ينتظره حيث سينتهى، وهو بدوره يحمله لمسافة ما مخصصه له ثم يسلمها إلى آخر. وهكذا تستمر إلى آخر العدائين إلى الأستاذ الذى يقع فى الدولة التى ستقام بها الدورة الجديدة. ثم حينئذ يوقدون شعلة الدورة، يمكن أن تبدأ مباريات ومسابقات الدورة الجديدة.

- **هذه الشعلة تشبه كلمة الله.** أنها تنير لنا الطريق فى مسيرة حياتنا وكل مؤمن فينا يجب أن يوصلها إلى الآخرين من حوله موقده.

١- بولس قد قام بدوره فى حمل هذه الرسالة ثم سلمها إلى تيموثاوس.

٢- ثم جاء الآن جاء الدور على تيموثاوس أن يحمل هذه الرسالة.

٣- ثم سيسلمها إلى رجال آخرين إخوة له فى الإيمان بالمسيح، لكن يجب على تيموثاوس ألا يضيف، أو يغير شيئاً مما سمعه من بـولس (إنظر ٣: ١٦، ١٧ وكذلك الرؤيا ٢٢: ١٨، ١٩).

كذلك هؤلاء الرجال المؤمنين الآخرون سواء كانوا كهنة أو خدام، إخوة تيموثاوس فى الإيمان يجب أن يحتذوا به، ويسيروا بنفس طريقته، يجب أن يحملوا هذه الرسالة ويسلمونها إلى آخرين مثلك ومثلى وغيرنا ... ونحن أيضاً حينئذ يجب أن نفعل نفس الشيء فيستمر الإيمان على الأرض.

٣، ٤ فى الأعداد الأربعة التالية يعطى بولس توضيحاً أكثر وشرحاً لكيف يكون المؤمنون.

فى البداية يقول إن المؤمن يكون مثل **الجندى** النشيط فى تأدية واجبه ومهمته، الذى يحارب بكل قوته .. الحياة معركة، نحن لسنا نحارب من أجل

الوصول إلى السماء لكن ونحن فى طريقنا لابد أن نواجه ونحارب أى أشياء تعترضنا ، تعترض رسالة المسيح ومن يتبعونه.

أن للمؤمن ثلاثة أعداء:

١- الشيطان وجنودة وأسلحته (أفسس٦: ١١، ١٢).

٢- العالم من حولنا (١يوحنا٢: ١٥، ١٧).

٣- الجسد وشهواته الموجودة فينا (رومية١٣: ١، فيلبى٣: ٣).

افحص الآن مجموعة الأسلحة التى يتسلح به المؤمن فى حربه فى (أفسس٦: ١١، ١٨)

كذلك احذر من الحيل والخدع التى قد تسقطك (٢صموئيل١٨: ٦، ٩) سقط أبشالوم بسبب شعره الجميل والذى كان مصدر فخره. كذلك فى (قضاة ١٦) سقط شمشون بكل قوته وجبروته العظيم بسبب محبته للنساء وفى (متى٢٦: ٣٥) يتحدث عما حدث لبطرس من متاعب بسبب ثقته الزائدة فى نفسه. كذلك ذكر الكتاب المقدس أمثلة كثيرة أخرى لذلك.

- يجب أن يكون هناك عدة مؤهلات للجندى الصالح. حاول أن تفكر وتكتب مجموعة من الصفات .... وهنا سوف نذكر بعض هذه الصفات:-

١- قوى: فى النعمة عدد١، وفى الإيمان فى (رومية٤: ٢٠، وفى الشجاعة فى يهوذا ١: ٩ وقوى فى الرب أفسس٦: ١٠).

٢- مطيع للوصايا والأوامر (يوحنا٣: ١٧، ١٥: ١٤).

٣- كذلك فهو مخلص لرئيسه وقائده عدد ٤ أنظر (سفر العدد١٤: ٦، ٩ وصموئيل الثانى٢٣: ١٥، ١٧).

٤- كذلك عنده جرأة وجسارة بكل شجاعة كما فى (دانيال٩).

٥- ذكى يفهم ما يطلبه منه قائده عدد ٧.

٦- يتحمل المتاعب والصعاب عدد٣، ١٢.

تأمل فيما قاله بولس الرسول فى (٢كورنثوس١١: ٢١، ٢٩).

-الجندى المسيحى يعرف أن فى جيش المسيح يسوع وهو الذى فدانا وخلصنا وهو القائد الذى لم يخسر معركة أبداً، أو لم يخيب ظن أحد وثق فيه.

وجيش المسيح كله من الذين يحبونه ويتطوعون للانضمام له من عمق محبته لهم.

- الكثير والكثير من المرات يقول لنا السيد المسيح «اتبعونى» هل قررت ذات مرة أن تتبعه وتطيعه؟ إذا حدث ذلك فأنت إذاً فى جانب المنتصرين الفائزين إلى الأبد!

٥- فى هذا العدد يورد بولس إشارات أخرى إلى الألعاب اليونانية الدولية (هل تستطيع أن تجدها؟) أن كلمة «الذى يجاهد» تشير إلى أستاذ المباريات الرياضية أنظر (اتيموثاوس٤ وأفسس٦: ١ وكورنثوس٩ وفيلبى٣ والعبرانين ١٢).

يقول لنا المؤرخون أنه فى أيام بولس الرسول، أن الشخص الرياضى كان عليه:

١- يجتاز عشر شهور من التدريب الشاق أن للرياضى جدول معين لا يسهر بالليل - لا يسكر - يأكل طعاماً معيناً- حتى يكون مستعداً للمباراة.

٢- يطيع قواعد وشروط المسابقات لكنه إذا خالف وكسر هذه اللوائح

فهذا يحرمه من المشاركة فى الألعاب والمنافسة، وهذا هو المعنى الذى ورد فى كورنثوس٩: ٢٧ عدد١٢ يعطينا فكرة عن مكافأة.

٦- يتكلم بولس عن الفلاح الذى يزرع فى الحقل ويتعب، يجب أن ينال ثمره تعبه. أن المحصول يتم جمعه بعد مرحلة طويلة من العمل الشاق المجهد فى الحرث، والزراعة وتخصيب التربة. لكنه عندما تحين ساعة الحصاد بالنسبة للفلاح، فإنه يفرح بها جداً لأنه سيكون أول من يستفيد منها. والفواكه أو الخضر أو الثمار هى أعظم مكافأة لهذه الشهور الطويلة من العمل الشاق الدؤوب. انظر مزمور ١٢٦: ٦.

والآن أعقد مقارنة بين المسيحى كجندى وكرياضى وكمزارع.

٧- عدد ٧ هو وعد ثمين وقيم جداً، عندما تفكر فى كلمة «الرب»، إسأل من الرب أن يعطيك الحكمة كى تفهمها (رسالة يعقوب ١: ٥). الله الروح القدس يجب أن يعطينا التعليم (يوحنا١٤: ٢٦)، كذلك سوف يعطينا القدرة أن نفهم كلمته التى نقرأها (١تيم٤: ١٥، ١٦ كذلك١١٩: ١٣٠).

٨- إننا نحتاج ودائماً وبصفة مستمرة أن نتذكر أن يسوع المسيح هو:

١- الإنسان (١تيموثاوس٢: ٥).

٢- الإنسان المقام من الموت، الحى القوى.

٣- الله، الإنسان الذى تجسد بيننا، وجاء من نسل داود (١صموئيل ١٣: ١٤، أعمال١٣: ٢٢).

لقد جاء المسيح كجندى حقيقى، قاسى آلام كثيرة، ونزف دمه، وتألم، ومات لكنه قام منتصراً على الموت.

والمجاهد الحقيقى هنا على الأرض، يجاهد ضد الخطية وضد الشيطان، وقد ذكر الإنجيل مثل للزارع الحقيقى الذى يبذر البذار (متى١٣: ٣٧).

٩- ويعتبر بولس مثالاً اخر للجندى الحقيقى، لقد قاسى كثيراً كما لو كان مجرماً، وقيد فى سلاسل، لكنه كان دائماً سعيداً وفرحاً أن كلمة الله لم تقيد، بل كانت كلمة الله تنمو وتزيد بالرغم من أه هو كان فى السجن محبوساً. أنظر فيلبى١: ١٢- ١٨.

١٠- وذلك أعطى بولس الشجاعة والمقدرة أن يتحمل الآلام، لقد قاسى من أجل مختارى الله لكى يختبروا خلاصه ويعيشوه. هذا ما يقصده بولس فى (كولوسى١: ١-٤).

١١- ١٣. أن الأعداد من ١١- ١٣ تعطينا فكرة أيضاً عن بعض الحقائق الأخرى فى إيماننا المسيحى : لاحظ أجزاءها:-

١- **معرفته (أى المسيح)** : أما أننا قد متنا مع المسيح فى الصليب، فإننا نحيا الآن به ومعه رومية٦: ٨) بالنسبة للإنسان المسيحى، يجب أولاً أن يموت من أجل أن يعيش.

٢- **التأديب**: هؤلاء الذين يعانون معه آلام سوف يتمجدون أيضاً معه. أنظر رومية ٨: ١٧. المؤمنون هم جزء من مملكة المسيح الروحية الرؤيا١: ٦، ٥: ١٠. أراد أن يملك مع داود، لكنه لم يستطيع لأنه لم يقدر أن يأخذ قدراً من الألم والمعاناة مع داود ١ صموئيل ٢٣.

٣- الإنكار لشخص المسيح وإنكار الإيمان به:

مثل بطرس الرسول الذى أنكر المسيح ثلاث مرات فى متى٢٦. هل كان يجب على المسيح أن ينكر بطرس ويتبرأ منه بسبب هذا الذى فعله، لأن بطرس

أنكره أولاً وهذا بمثابة إهانة ورفض له؟ لكنه لم يهمل خلاص بطرس. لأن بطرس ندم وبكى بكاءً مراً. لكن بطرس فقد امتياز أن يقف بجوار المسيح وهو يصلب، كما فعل يوحنا، الذى نال هذا الشرف الكبير وكذلك المريمات والنساء الأخريات. لكن بطرس عاد ثانية إلى نفسه وإلى إلهه المسيح فى (يوحنا١٢).

٤- **عدم الإيمان أو التصديق:** ربما هذا يشير إلى هؤلاء الذين يرفضون المسيح، وربما يصل بهم الأمر إلى رفض أن يعبدوا المسيح. لكن الرب يظل أمين وعادل نحو نفسه وشخصه وليس من الممكن أن ينكر قداسته وعدله. ليس من الممكن أن ينقذ إنساناً يرفضه وينكره (يوحنا٣: ٣٦). ومن ناحية أخرى، إذا كان هذا يشيرر إلى المؤمن الذى يعيش فى غير حياة مسيحية حقيقية، أو فى الخطية، الرب لا يمنع هذا الإنسان من نوال الخلاص. لأن الرب إذا فعل هذا، فإنه يحرمه من محبته ومن نعمته وبركته. لكن بدلاً من ذلك يعامل الله هذا الإنسان كإبن له (العبرانيين١٢: ٥- ١١).

لكن الله لا يحب أو يمدح عدم الإيمان، حتى لو كان فى أولاده الذين يحبهم.

١٤- إننا نحتاج دائماً إلى مكن يذكرنا بأننا نعيش حياتنا «قدام الرب» إنه يرانا كل الوقت، كذلك يحذرنا بولس هنا من المجادلة بالكلمات الغير مفيدة (١تيم٦: ٤) ... وهذا يشير إلى الجدال والنزاع عديم الفائدة القائم على الآراء البشرية. إنه مضيعة للوقت وللطاقة، والأسوأ من ذلك، يمكنه أن يلغى أو يجعل عمل الروح القدس يتنحى جانباً.

١٥- وهذا توضيح وتفصيل آخر، الرجل العامل الذى لا يجب أن يخجل مما يعمله الرجل الذى يعمل بكل قوته وأمانته، بالتأكيد لن تكون نتيجة عمله ضعيفة أو سيئة، بل كل ما يعمله يكونُ جيداً ويمتدح. أنظر (فيلبى١: ٢٠)

كيف تنال حياة الإنسان المسيحى الرضا والقبول من الرب الإله؟ عن طريق حسن استخدامنا لكلمة الله، وعن طريق تطبيقها على حياتنا بكل أمانة ودقة، ثم بعد ذلك نحاول أن نجعل الآخرين يطبقونها.

يجب أن ندرس الإنجيل بكل عناية ودقة وفهم، وهذا هو الأساس الأول، كان بولس هذا يتكلم من خلال عمله الأساسى الأول وهو صانع خيام حيث كان المفروض يقطعون القماش الخام بطريقة سليمة ويبدأون فى (التفصيل) بحسب نموذج معروف لديهم مسبقاً، ثم بعد ذلك يخيطونها بنظام جيد ... وبلا شك بدون ذلك ما كانوا يستطيعون عمل الخيام. إذا جاء الجزء الأمامى غير موازى للجانب أو الجزء الخلفى فلن تخرج الخيمة فى صورة جميلة سليمة، بل ستفشل صناعتها، وبالتأكيد لن ينال صانع الخيام أجرته.

وهذا كله حقيقى وينطبق على حياتنا الروحية، يجب أن نستخدم كلمة الله بطريقة سليمة دقيقة ، فحقيقة المسيحية وحقيقة الإيمان يجب أن نعملها للآخرين فى صورة متوازنة ومقبولة ومباشرة العبرانيين(١٢: ١٣).

وهذا ما يجب أن يحدث، بخلاف بعض الطرق الملتوية وغير السليمة التى سيتكلم عنها بولس الآن فى الأعداد (١٦- ١٨).

١٦- يحذر بولس الرسول من الكلام الكثير السيىء أو البذىء، أو الأحمق الفارغ والذى لا يصدر من ألسنة بشرية سطحية.

كم نرى مثل هذا اليوم فى العالم بيننا. لا شك الكثير جداً.

يجب أن يبنى المؤمنون على هذا، ويحبوا مثل هذا الكلام وهذه الجلسات.

لماذا؟ لأنها سوف تقودنا بعيداً عن المسيح وعن الحق وتجعلنا نعيش فى حياة الشر والرزيلة.

١٧- هذه التعاليم والأفكار الكاذبة والمضللة مثل فرحة مخيفة مفتوحة فى جسم الإنسان تأكل لحمه. وتترك فى جسده أثراً للتعفن والموت.

هذه القرحة التى تأكل أنسجة الجسم السليمة وتنتشر فى جسم الإنسان المصاب بها. والعلاج الوحيد لها هو أن تزيلها، هكذا الأمر أيضاً مع هذه الكلمات السيئة الرديئة. هيمناس وقد ذكر من قبل فى ١تيموثاوس١: ٢٠. لا شك أن لا يزال يعمل ويعلم ضد تعاليم المسيح وضد الحق والإيمان. وكان من خارج الكنيسة. وفيليتس، وهذا لم يرد ذكره فى أى مكان آخر، لكنه غالباً كان يعمل مع هيمنياس.

ولا شك اليوم إذا تأملنا سوف نجد كثيرين أمثال هذين الرجلين الذين يعلمون بتعاليم خاطئة، ومضللة ولهم أفكار خطيرة وآراء غريبة لا تتوافق مع كلمة الرب السليمة البسيطة المقبولة، (منهم شهود يهوه السبتيين... إلخ)

١٨- أحد التعاليم لهذين الرجلين، قد ذكرها بولس الرسول هنا. حيث قالا أن القيامة قد حدثت بالفعل.

هؤلاء المعلمون الكذبة قد ينكرون حقائق معينة، أو يغيرونها، أو يتبعونها. وهم هنا لم ينكروا القيامة، لكنهم غيروها إلى الماضى بدلاً من المستقبل وهذا يقلب إيمان البعض، الذين استمعوا إليهم، لكنهم لم يقرأوا بعمق كتابهم المقدس أنظر وأقرأ (أعمال١٧: ١١ وأشعياء ٨: ٢٠).

١٩- لذلك نحن نرى كثيراً عدم الإيمان والشر منتشرين بين الناس، لكننا أيضاً نجد الإيمان الذى أسسه الله قائماً وراسخاً فى مواجهة كل هذا. إنه مثل

الصخرة فى الأرض. أشعياء ٣٢: ٢ كلمة الله هى حق يوحنا ١٧: ١٧ وإلهنا المسيح هو الحق يوحنا ١٤: ٦.

إلهنا يسوع المسيح هو الصخرة التى ترتكز وتقف عليها، وكل الأشياء الأخرى بمثابة رمال هشة ضعيفة.

إن أساس الله الراسخ له جانبان أو دوران:

١-**دور الله:** الله يعرف نفسه ويعرف خاصته ... الله قد اختار خاصته وأولاده الذين يعرفهم منذ الأزل، وهو كثيراً ما يتكلم عن أبوته لنا وأننا خاصته ونحن شعبه، وقد فدانا وخلصنا بدمه الغالى الثمين بموت ابنه الفادى يسوع المسيح (١ بطرس الأولى١: ١٨).

والجانب الآخر هو :

٢- دور الإنسان نفسه :

الذى يقول أنه ابناً لله يجب أن يثبت ذلك عملياً، ويتخلى عن فعل أى شىء خطأ، وهذا معناه أن نكون أنقياء فى حياتنا هنا على الأرض.

- الجانب الأول يتعلق بعمل الله نفسه، والجانب الثانى يتعلق بعمل الإنسان.

وبمعنى آخر : فإن حياتنا اليومية هنا على الأرض وسلوكنا يجب أن يتوافق مع إيماننا بالمسيح ومحبتنا وبنوتنا له.

أن المؤمنون عليهم مسئولية أن يبتعدوا عن كل ما هو شر.

وغير المؤمنين عن طريق حياتنا نحن المؤمنين المقدسة - يمكن أن يتعلموا الطريق إلى الله كيف يكون «من ثمارهم تعرفونهم» (متى٧: ١٥).

هناك إشارة'ن إلى هذا الكلام السابق الذى ذكرنا قد ورد فى العهد القديم، فى سفر العدد١٦، إقرأ القصة التى تشرح هذا الجانب. لاحظ عدد٥، عدد١٢، كذلك اقرأ اشعياء ٥١: ١١.

٢٠- فى هذا العدد توضيح أكثر للمؤمنين أنهم آنية (مثل الكوب أو الطبق. إلخ) فى بيت كبير لرجل غنى. الأوانى المصنوعة من الفضة ومن الذهب لها قيمة مادية ثمينة، وتستخدم من أجل بعض الضيوف الخاصين جداً وليس للجميع كما أنها توضع فى مكان خاص.

بينما الأوانى المصنوعة من الفخار الرخيصة لا توضع فى نفس المكان السابق ، وتستخدم فى الأغراض البسيطة العادية فى المطبخ فى البيت.

٢١- المؤمنون يجب أن تكون لديهم الرغبة فى أن يصيروا آنية ثمينة عالية القيمة يستخدمهم السيد الرب نفسه، ويجب أن يكونوا مستعدين أن يقوموا بأى عمل يطلبه منهم، أو يقترحه عليهم. لكن كيف يمكن أن نصير هذه الآنية الثمينة؟ عن طريق حفظ أنفسنا من كل شر ومن كل ما هو غير صالح ونظيف فى أعداد (١٤: ١٦- ١٨) لا يتكلم عن الكنيسة ككل، لكن عن أشخاص مفردين يتحملون مسئولية أنفسهم، ومسئولية أنفسهم خطأهم.

عندما يريد الرب أن يستخدم إناءاً، فإنه بلا شك لن يستخدم إناءاً متسخاً بل سيجعله نظيفاً أولاً. أنظر أشعياء ٥٢: ١١ مرة أخرى.

القداسة فى الإنجيل معناها بسيطة: أن يكون الإنسان نقياً من الشر ويعمل وفق مشيئة الله. وهذا هو الموضع الذى وضعنا فيه المسيح. عندما رفع من شأننا وتجسد كى يخلصنا، كما فى (١كورنثوس١: ٢)، المؤمنون الآن مدعوون أن يعيشوا هكذا فى حياتهم اليومية العادية، وبهذه الطريقة، وإذا عشنا هكذا سنكون فعلاً بحسب ما يريدنا الله، وسيفرح بنا.

انظر فيلمون١١، ٢تيم٤: ١١ كمثالين لـ .....؟ ما هما؟

٢٢- والآن يعلمنا بولس الرسول كيف نفعل ذلك:

١- أما الشهوات الشبابية فأهرب منها: عندما تأتيك لحظة التجربة إهرب منها فى التو واللحظة، كما فعل يوسف فى تكوين (٣٩: ١٣).

٢- اسرع نحو حياة البر والصلاة كى تحياها، وتكون حياة دائمة لك:

- والإيمان بالمسيح سوف يحفظك (١ تيم٦: ١٢).

-كذلك أن تحبه، وهو الذى أحبك قبلاً (١يو٤: ١٩).

والسلام سوف يكون بالتأكيد من نصيبك وسوف يملأ حياتك.

٣- حاول أن تحيا مع مؤمنين حقيقيين آخرين إن ذلك يساعدنا كثيراً جداً فى حياتنا حين يكون لنا صداقات روحية وعلاقات طيبة مع الآخرين قارن (كورنثوس١٥: ٣٣).

٢٣- المجادلات الغبية، لا شك لا تكون إلا بين أشخاص أغبياء. منهم يقول بولس لك هذا لماذا؟ لأنهم دائماً ينتهون إلى النزاع والشجار، والسلام الذى جاء ذكره فى عدد ٢٢ يتبدد ولا يكون له مكاناً فى وسطهم !

٢٤- عبد الرب: هنا صورة أخرى للمسيحيين، أبناء المسيح وأتباعه لا يحاربون أو يتشاجرون مع الآخرين (عدد٤ يقول لنا أننا يجب أن نكون جنود للمسيح يسوع، لكن جنود من نوع آخر) لا نحارب أعداءه أو الآخرين .....

(انظر إلى بعض الملاحظات على عدد ٤ كى ترى من هم هؤلاء الأعداء) العدو هو الشيطان وجنوده وأسلحته، وليس المؤمنون الآخرين من حولنا أو أى إنسان آخر كان صديقاً لنا أم غير صديق، عدوناً هو الشيطان.

إن خادم الرب يجب أن يكون؟

١- مترفقاً، مطيعاً مثل سيده المسيح (لو٦: ٣٥، ٣٦).

٢- صالحاً للتعليم مثل السيد المسيح معلمنا الصالح.

أنظر متأمل كيف كان يعلم بكل قوة وبساطة وحكمة معاً، وكان يستخدم وصف وشرح لكلامه بطريق مبسطة وعامة وشعبية من الطبيعة ومن الحياة العادية اليومية.

٣- صبوراً، ومحتملاً للمشقات وليس عضوياً أو حانقاً.

٢٥- مؤدباً، محاولاً أن يصحح ويقوى حتى هؤلاء الذين يعارضونه ويخاصمونه (أنظر إلى متى١٢: ٢٠، كورنثوس١٠: ١).

وبهذه الطريقة سوف يكسب الآخرين بسهولة.

ويجب أن يتوقع نتيجة ذلك، وهو عودة الكثيرين، وتغير عقلهم نحو المسيح، وهذا سيقودهم إلى معرفة الحق، وهو المسيح.

٢٦-قال الرب "**إن الحق سوف يحرركم**" (يوحنا٨: ٣٢).

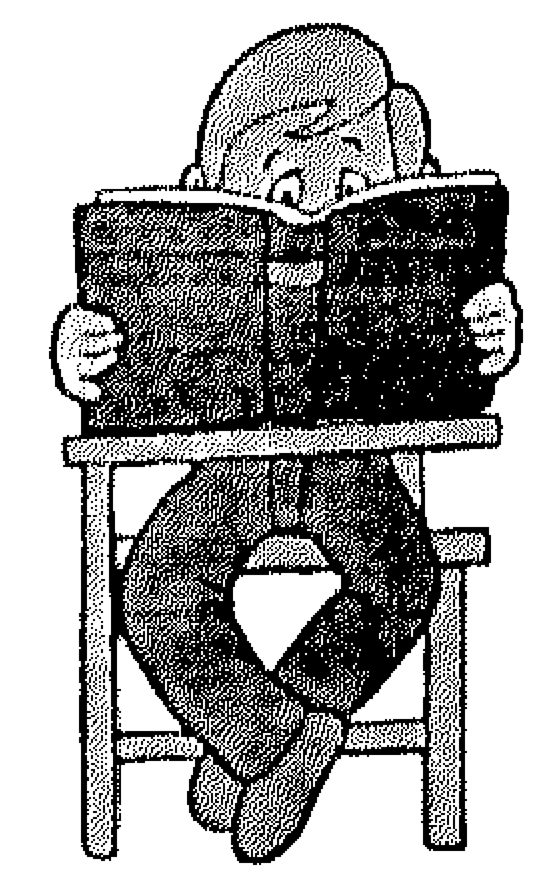
الشيطان هو فى الحقيقة خصمنا الأول، ومن يتبعونه هم أناس سقطوا فى فخه، وأوقعهم فى الخطية واصطادهم!

كيف إذاً من الممكن أن ينقذوا ؟

عن طريق خدمة كلمة الرب لهم بكل صبر، ورفق ومحبة، واهتمام بهم هذا من الممكن أن يجعلهم يعودون إلى صوابهم وإلى معرفتهم القديمة بالمسيح. ويوقظهم من نومهم وغفلتهم التى هم فيها. كلمة المسيح هى التى تنقذهم من غفوتهم، فهم كالسكارى الذين يجب أن يفيقوا كلمة الرب ستحرر كل هؤلاء الذين احتجزهم إبليس وعندئذ سيعلمون مشيئة الله فى كل أفعالهم بدلاً من مشيئة إبليس.



تابع رسالة بولس الثانية



إلى تيموثاوس

الأصحاح الثالث

الأزمنة الأخيرة

١- كان اليهود دائماً يتحدثون عن عصرين (العصر الذى كانوا يعيشون فيه والعصر القادم الذى كان سيأتى فيه المسيح حسب اعتقادهم.

وكتب بولس عن الأزمنة الأخيرة التى تغطى الزمن الذى عاش فيه المسيح وهذه الفترة من ميلاد المسيح حتى المجىء الثانى، وهذه تشمل عهد النعمة الذى أعطى للكنيسة، وعصر نمو وازدهار الكنيسة. وهذه الفترة قد بدأت منذ (حلول الروح القدس على التلاميذ) وبدأوا يتنبأون في أعمال (٢: ١٧) ويشير إليها يوحنا على أنها فعلاً الساعة الأخيرة من الأزمنة الأخيرة (١يوحنا ٢: ٨) فى هذه الأزمنة الزخيرة سوف تكون هناك أوقات صعبة على المؤمنين، أو فترت ربما تكون قصيرة فى الزمن لكن مليئة بالتعب والألم. كمثال لذلك أنظر (لو٨: ١٣)، (رومية٨: ١٨)، (١تيم٤: ١) سوف تجد أنها تزداد فى السوء والقسوة حتى تصل إى المنتهى فى ٢تسالونيكى٢.

٢- أثناء فترة حياة بولس الرسول، استطاع فعلاً أن يرى علامات روح هذا العصر الذى يتكلم عنه، الذى يعتبر بعيداً جداً عن الحق والريمان، وهو هنا يلفت نظرنا إلى بعض علامات وملامح هذه الأيام حيث ستظهر:

(أ)- محبة الإنسان لذاته: وهذا هو أساس كل الصفات الأخرى التالية وهذه هى الذاتية والأنانية المعاصرة، والتمركز حول الذات فى التفكير

والتصرف. إنها نوع من المحبة تنطلق نحو الداخل وليس نحو الخارج أى نحو الآخرين: أنا أولاً: لاحظ كيف تتطور بعد ذلك لتقود الإنسان إلى كل الصفات التالية، وقارن بينهما وبين السلوك السلوك المسيحى الحقيقى فى (١كورنثوس١٣: ٥، رومية١٣: ١٠، ٢كورنثوس٥: ١٥).

(ب)- **محبة المال:** وهى أيضاً أنانية، ورغبة الطمع وامتلاك الأشياء المادية البحتة قارن (١تيم٦: ١٠).

(ج)- **محبة المدح والتظاهر:** والتباهى، والتفاخر.

(د)-**محبة القوة والنفوذ** : عن طريق ظلم الآخرين ومضايقتهم، وكذلك مجرد الكلام الذى يسىء إلى الآخرين سىء جداً، وقد يتطور هذا بالإنسان إلى التمرد على الله ذاته.

(هـ)- **محبة التمسك برأيه الشخصى فقط:** وعدم الطاعة، وهناك عدم الطاعة للوالدين وهذا خطير وسيىء جداً.

(و)- **محبة الاعتماد على الذات:** وقد ينفصل الإنسان على الله، ولا يشكر الله فى أى شىء، ويعتبر أن كل خير أو نجاح فى حياته هو من صنع يده فقط. زنظر (١كورنثوس٤: ٧ وفى رومية١: ٢١).

عدم الشكر لله والاعتراف بفضله علينا، يؤدى إلى أمراض روحية مزمنة وخطيرة.

(ز)- **محبة العالم والشهوات:** وهذا يجعل الإنسان غير بار ، ولا يحب قداسة السيرة أو الطهارة ... وهذه تسير متوازنة مع الانفصال عن الله وعدم الشكر والخضوع له.

٣- (ح)- **بدون محبة لأفراد الأسرة:** وبلا حنان أو رفق وهذا يؤدى إلى ضعف الأسرة والروابط الزسرية فى المجتمع.

(ط)- **بدون صفح للآخرين أو رحمة:** ومخالفين للاتفاقات التى تؤدى إلى التراضى وهذا يؤدى إلى اختلال العواطف وعدم المحبة والرحمة والرفق فى المجتمع.

(ى)- **بدون احترام:** وهذا يؤدى إلى اختلال المجاملات واللطف بين الناس.

(ك)- **بدون ضبط للنفس:** والعنف والأخلاق الدنسة وعدم النزاهة وهذا يؤدى إلى ضعف الأخلاق والقيم فى المجتمع.

(ل)- **بدون الشفقة:** والرحمة والحنان، وهذه هى الشراسة وهذا سيىء جداً للمجتمع.

(ب)- **بدون محبة للصالح والبر أو الخير** (أشعياء٥: ٢٠) وهذا له أثره الخلقى السيىء.

٤- (ن)- **بدون أمانة:** أو إنسان خائن، يعلم بضلال وخداع، وهذا ضد الأمانة والإخلاص.

(ش)-**بإندفاع:** بدون تروى أو اتزان وهذا يؤدى إلى المواقف السيئة ويُسيئ إلى العلاقات بين الناس بعضهم البعض.

(س)-**محبة الذات:** والتفاخر والإحساس بأهمية الذات، وهذه هى الأنانية وهى عكس المحبة ومحبة الآخرين.

(ت)- **غير محبين لله:** وهذه تعتبر ملخصاً وموجزاً لكل الشرور السابقة وهى تؤدى إلى غضب الله.

٥- وأخيراً عدم التقوى والأمانة فى التدين: ربما يظهرون فى شكل المؤمن المسيحى ولكنهم غير ذلك فى الحقيقة. فيرفضون عمل الله فيهم ولكنهم يتظاهرون بالصورة النقية المثالية. إنهم يتظاهرون أنهم يحترمون الرب ويطيعونه لكنهم فى الواقع يعيشون حياة الخطية. أنظر تيطس١: ١٦ وكلمة بولس الرسول إلى تيموثاوس (إعرض عن هؤلاء). والآن نلقى نظرة أخرى على هذه القائمة السابقة من الصفات:

هل تعرف بعض الأشخاص تنطبق عليهم هذه الصفات أو بعض منها؟

٦- ويذكر بولس وسيلة من وسائل هؤلاد الأشرار. ربما هؤلاء غير مسموح لبعضهم بالدخول للكنيسة (أو على الأقل لا يجب أن يدخلوا الكنيسة)، فيدخلون البيوت، ويخدعون الناس بأفكارهم الخاطئة. يجب أن نحترس من هؤلاء الذين يأتون إلى بيوتنا بأفكار غريبة وجديدة، وتعاليم مضللة وكاذبة. هؤلاد بعيدون كل البعد عن كلمة الله الحقيقية.

٧- الكثير من الناس يبحثون عن أفكار ومبادىء جديدة ومثيرة. والبعض يكونون شغوفين جداً لمعرفة بعض أسرار السحر أو عالم الروح، لذلك يحبون ويقبلون أى شىء جديد وغريب وغير تقليدى. كما فى الأعمال١٧: ٢١ لذلك هؤلاء من السهل جداً أن يبتلعوا سم الشيطان، وأكاذيبه وخداعه. ومن الصعب على هؤلاء أن ينالوا معرفة الله الحقيقية لأنها موجودة فقط فى الإيمان بربنا يسوع المسيح الذى ضلوا عن طريقه وابتعدوا عنه.

انظر يوحنا١٤: ٢ وتيطس١: ١٠، ١١ لأنها تلخص هذا الموقف تلخيصاً تاماً كاملاً وحاول أن تقرأها بتأمل.

٨- وهنا يذكر بولس اسم شخصين من العهد القديم، مثال لهؤلاء الرجال الذين يقاومون الحق.

اقرأ هذه القصة من سفر الخروج ٧،٨،٩ ولاحظ خصوصاً ٧: ١٢، ٨: ١٨،١٩، ٩: ١١

حيث أرسل الرب الضربات إلى مصر، وحاول كل سحرة مصر أن يقاوموا عمل الرب عن طريق موسى النبى .. وكان ينيس ويمبريس من هؤلاء السحرة (لم تذكر أسماؤهم هذه فى سفر الخروج، ولكن الوحى الإلهى أوردها هنا فى هذا الأصحاح) .. حاول هؤلاء أن يعترضوا طريق الرب عن طريق التقليد ، لأنهم كانوا خدام وعبد للشيطان، لكن الله حدد قوتهم واستوقفها.

٩- لكن لم يستطع هذان أن يخلقا حياة من التراب، كذلك المعلمون الكذبة اليوم لا يستطيعوا أن يخلقوا حياة جديدة لأى إنسان. فقط إلهنا يسوع المسيح هو الذى يستطيع ذلك. واكتشف الناس أنهم كذبة، كذلك فى عصرنا الحاضر، أى معلمون كذبة سوف ينكشفون عن طريق كلمة الله الحية المقدسة.

(البعض ربما يندهشون ويقولون إن هذا العدد ينافى عدد ١٦ من أصحاح ٢).

هذا العدد يتكلم عن ازدياد الشر الداخلى فى الإنسان، فى عقله وقلبه، لكن عدد٩ يتكلم عن أن نجاح هؤلاء الخارجى من الصعب أن يتقدم، فالناس سوف يكتشفون زيفهم وخداعهم.

١٠- والآن يعقد بولس مقارنة قوية بين تيموثاوس وهؤلاء الكذبة المضللين يذكر بولس لتيموثاوس نوع التعليم الذى كان ينادى به:-

١- التعليم: لقد علم كلمة الرب وبشر بها. وكان هذا أهم عمل لبولس فى الكنيسة. لقد ترك ١٤ رسالة وهى تكون حوالى ٧٥٪ من العهد الجديد كله.

٢- السلوك وطريقة الحياة: إن الحياة المسيحية الحقيقية هى رسالتنا الأولى والتى يجب أن تكون واضحة للجميع.

٣- الهدف من الحياة: ما هو؟ أنظر فيلبى١: ٢٠، ٢١.

٤- الإيمان: عاش بولس بالإيمان ومات من أجله. ٢كورنثوس٥: ٧.

٥- طول الأناة: لقد عاش بولس حياته مثل ما كتب بالضبط فى ٢: ٢٤.

٦- المحبة القوية: الخاصة المتميزة جداً عن غيرها .. وكانت المحبة هى مصدر قوة بولس ١كورنثوس١٣: ٤.

٧- احتمال الآلام والصعاب: احتمل بولس الكثير بصبر لأنه كان يضع فى نظره دائماً الأجر السمائى. أعمال ١٩:٢٦.

١١- كل هذا كان واضحاً جداً حتى فى عز ضيقاته وآلامه التى اجتازها. ويذكر بولس ٣ أماكن اجتاز فيها الآلام لأجل الرب يسوع فى (أنطاكية أعمال١٣: ٥٠، أيقونية أعمال ١٤: ١٩، ٢٠، لسترة أعمال ١٦: ٢). وربما يذكر بولس هذا كى يكون تشجيعاً لتيموثاوس تلميذه الشاب الصغير.

لكن الرب وقف معى وقوانى وأنقذنى من جميعها. (٤: ١٧: ١٨)

ونرى ذلك فى مزمور ٣٤: ١٧ حيث يعبر عن الفرح بذلك. لكن بولس بالطبع كان يعلم إن إنقاذ الله له يختلف عن الهروب من الضيقات والآلام.. الله خلصه بعد جهاد طويل وحان وقت انتقاله إلى السماء بعد معاناة طويلة.

١٢- الذين يرغبون فى أن يعيشوا كل حياتهم فى التقوى، سوف ينالون اضطهاداً كبيراً فى صورة أو أخرى، ذلك لأننا فى حرب مع أعدائنا الروحيين باستمرار، أن هذا العالم لازال تحت سلطة الشيطان ١يوحنا٥: ١٩

الشيطان هو سيد هذا الزمان، ويتحكم فى كثيرين، وهو يعارض أولاد وجنود الله.

١٣- قوى الشيطان سوف تستمر فى التقدم للأمام، وتصير أكثر وأكثر شراً. والرجال الأشرار الذين يخدعون ويضلون أنفسهم أولاً، عن طريق المخادع الأعظم وهو الشيطان الذى يسيرون خلفه، إنهم يسيرون فى الظلام أكثر فأكثر، عميان قادة عميان، ومعاً سوف يسقطون فى الحفرة .. يا للأسف. وكم سيكون حزنهم متى١٥: ١٤.

١٤- نعم هناك من حولنا، العميان، وهناك الظلام القاتم، وهناك من انخدعوا وضلوا. لكن كلمة الرب تكفى الإنسان الذى يحب الرب.

يذكر بولس تيموثاوس أن النور هو فى كلمة الله، وهى تكفيه، يجب عليه دائماً أن يعيش وفق كلام الإنجيل، ويتغذى على هذا الكلام الروحى الثمين وتكون هذه شىء ملازم لحياته باستمرار، لأنه يحب أن يقتنع بهذ الكلام الذى تعلمه. وهذا أساس الإيمان، وهو الذى يجعله راسخاً فى قلبه.

١٥- تعلم تيموثاوس مبادئه الدينية مبكراً عن طريق والدته وجدته ١: ٥، ثم بعد ذلك عن طريق الرسول بولس نفسه٣: ١٠.

كل مبادىء وتعاليم تيموثاوس فى الحياة اكتسبها من كلمة الله.

كانت الخطوة الأولى فى التعليم اليهودى أن يتذكر ويعيد الكثير من أعداد العهد القديم ويحفظ آياته، منذ الطفولة المبكرة.

يا لها من فائدة كبيرة أن يتعلم الإنسان الكتاب المقدس منذ سنواته الأولى فى الحياة؟

وهذه مسئولية كبيرة على الآباء والأمهات المسيحيين اليوم، يجب أن يعلموا أولادهم الكتب المقدسة.لماذا؟ لأنها تعطيهم الحكمة وتعطيهم الفهم الصحيح السليم لمفهوم الخلاص المسيحى فى المسيح مزمور١١٩: ٩٨، ٩٩.

- الكتب المثيرة الهزلية، والروايات والأفلام الهابطة، تقود الملايين إلى الخطية، وإلى التحطيم الروحى والنفسى.

أيها الآباء والأمهات لا تهملوا الخلاص الأبدى والحياة الأبدية لأبنائكم.

حاولا أن تغرسوا بذور كلمة الله الحية فى قلوبهم الصغيرة قبل أن يكون الوقت قد فات.

١٦- كل الكتاب المقدس، العهد القديم والعغهد الجديد، هو موحى به من الله. إنه حى وفعلا جداً العبرانيين٤: ١٢.

فى كل مرة أقرأ فيها هذا كلام الله، لابد وأن تكون هناك همسة من صوت الله لى، وهى جديدة لم أسمعها من قبل. إنه مفيد ونافع لـــ: -

- التعليم: تعليم الحق الذى فى المسيح رومية١٥: ٤.

- التوبيخ: عن كل ما هو خطأ فى حياتى.

- التقويم: لى، وجعلى أسير فى الطريق المستقيم السليم.

- التأديب: ،التربية والتهذيب كى أعيش حياتى فى المسيح، وهو يدربنى ويقودنى للحق.

١٧- «إنسان الله» هذا القلب قد أعطى لبعض الشخصيات فى العهد القديم مثل: ١صموئيل ٩: ٦ - الملوك الأول ١٦، ١٧.

الملوك الثانى٤: ٤٠. ٢كورنثوس٨: ١٤، مزمور ٩٠.

وهو هنا فى العهد الجديد يستخدم من أجل تيموثاوس ١تيم٢: ١٦، ١تيم٣: ١٧ يا ليت كل مؤمن مسيحى يعيش حياته فى الرب لكى تكون حياة بارة وصالحة، ويكون معروفاً بين كل معارفه وأصدقائه وجيرانه بأنه «إنسان الله»

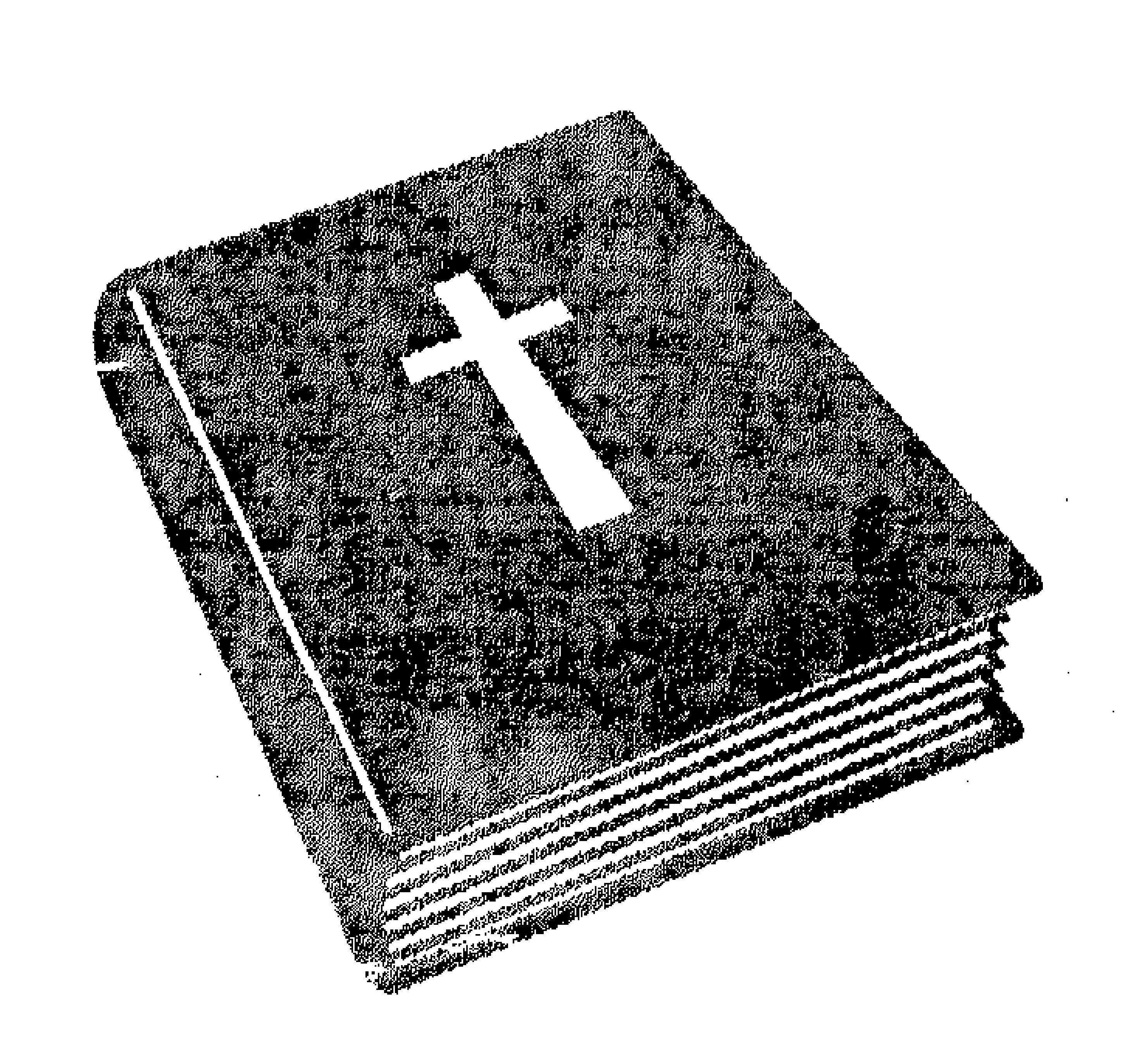
-لقد أعطى الله الإنجيل لنا من أجل رجال ونساء الله أن يكونوا:-

أ- كاملين: ومؤهلين بكل الصفات الروحية الطيبة، ولهم شخصيات روحية ناضجة.

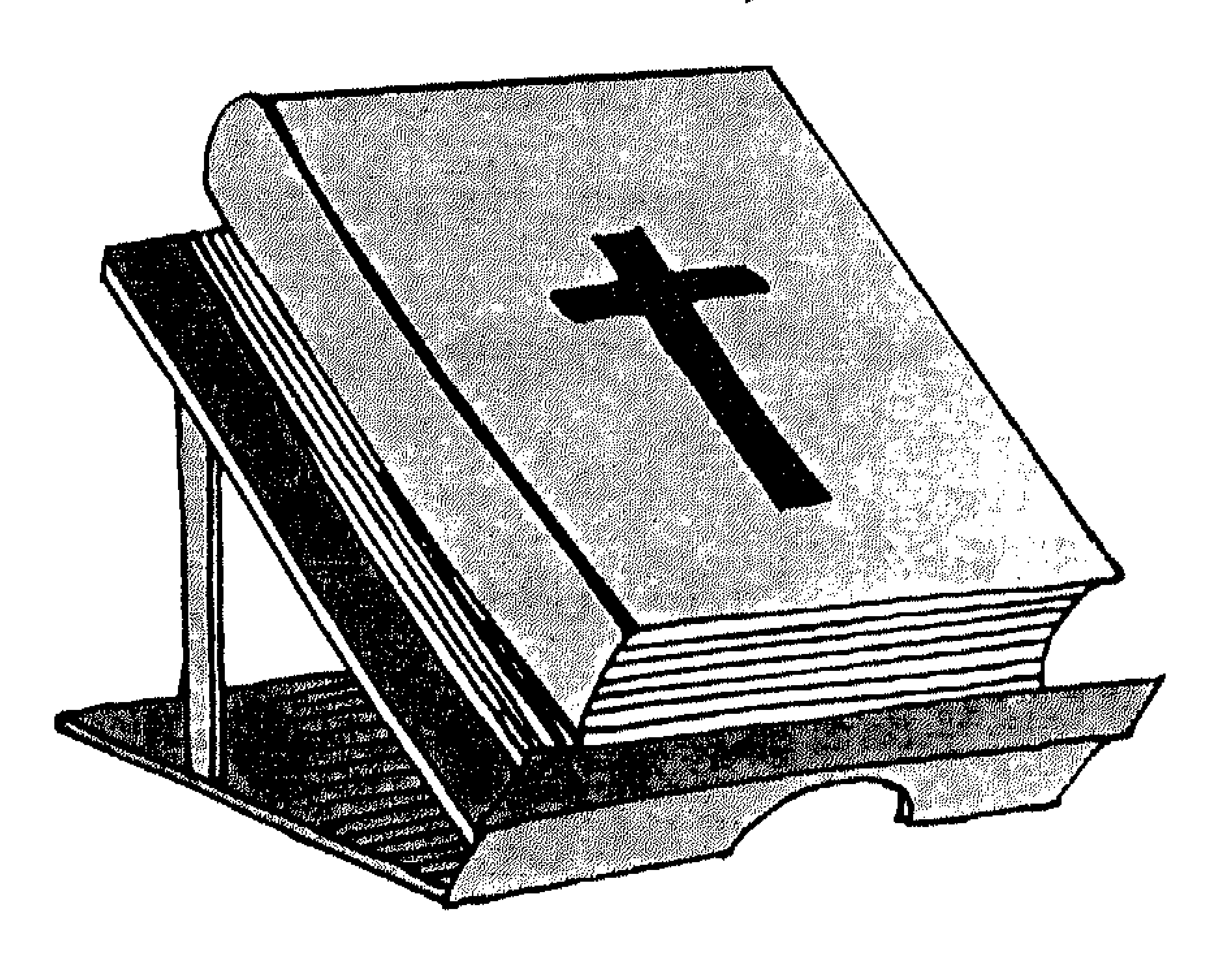
ب- متأهبين ومستعدين: كجنود ومعهم أسلحتهم، ومعهم الريمان القوى الراسخ، والنعمة ، والقوة.

من أجل كل عمل صالح يطلبه الرب منا:

إن كلمة الرب تستطيع أن تجعل منا خدام كاملين ومتأهبين جداً للعمل الروحى ولكل عمل صالح. وذلك لأن كلمة الله فى حد ذاتها هى كاملة. لذلك ليست هناك أى حاجة لإضافة أى شىء إليها. إن فيه كل ما تحتاجه. وهي سلاحنا القوى في كل حروبنا الروحية أفسس٦: ١٠- ١٨.



الإصحاح الرابع



مقدمة

يحتوى هذا الفصل على ذروة التوجيهات التى قدمها الرسول بولس إلى تلميذه تيموثاوس. ويجمع المفسرون على اعتبار هذا المقطع بمثابة ملخص ومختصر ...... لمضمون الرسالة ككل.

وما يريد فى خطورة الموقف هو أن بولس أوشك أن ينتقل من هذا العالم وبالتالى على تيموثاوس أن يتكل الآن فصاعداً على نفسه إذ أن الرسول الشيخ لن يعود معه ليسنده.

والأسلوب الذى استخدمه الرسول فى مستهل هذا الفصل يدعو للمهابة والرهبة، فالكلمات الأولى أشبه بعبارات قانونية مثل التى تتلى فى المحاكم: «أنا أناشدك إذاً» وفعل أناشدك ورد بمعنى أستحلفك ثم نجد الرسول يستحضر أمامه أو يستشهد بثلاثة شهود: الله، المسيح، ظهور المسيح وملكوته. وهو بذلك تمم بشكل سليم شروط القسم على الطريقة اليهودية.

وما هو هذا الأمر الخطير؟ أنه أن يحرص تيموثاوس على تتميم عمله ومهمته الرئيسية كمؤمن، ألا وهى الكرازة بالكلمة والتبشير. والمقصود بالكلمة هنا هو (٢تيموثاوس١: ١٤) وأيضاً التعليم الصحيح (العدد٣) والحق (العدد ٤) والإيمان (العدد٧). إنها كتابات العهد القديم الموحى بها من الله والنافعة (٢تيموثاوس٣: ١٦) بالإضافة إلى تعاليم الرسول التى كان تيموثاوس قد تبعها وتعلمها وآمن بكل يقين بها (٢تيموثاوس٣: ١٠و ١٤). إذاً على تيموثاوس أن يقدم للناس كلمة الله المكتوبة وأن يشهد عن الكلمة الحية التى هى الرب يسوع المسيح. والكلمة «كارز» أو «مبشر» هى نفسها التى تستخدم أيضاً للرشارة إلى المنادى أو المذيع بصوت عال مثل البائع الذى يحاول أن يروج بضاعته فى السوق.

أن الموضوع حيوى وعليه أن يتوقف مصير الإنسان الأبدى (مرقس١٦: ١٥، ١٦) لذلك على تيموثاوس أن يصحو (العدد ٥) ويكرز بالكلمة فى وقت مناسب وغير مناسب. بمعنى أن لا يسمح الخادم قط لأية اعتبارات شخصية عنده. كالخجل أو الجبن أو الإنزعاج الشخصى، أن تمنعه من الخدمة. لكن دائماً فى كل مكان وبكل أمانة ودون أى خوف عليه أن يعلن للناس بشارة الإنجيل. هذا لا ينفى أبداً ضرورة أن نتصرف بحنكة تجاه الآخرين، فنصمت أحياناً عند اللزوم (متى٦: ٧، ٢٧: ١٢- ١٤)، ولا نزعجهم أو نعثرهم بوقاحتنا أحياناً أخرى. فالكلام عن الوقت المناسب وغير المناسب ليس هو بالنسبة للسامعين بقدر ما هو بالنسبة للكارز. أى أن لا يكرز المؤمن إلا فى الأوقات التى يستحسنها وتناسبه هو.

وكما عبر عن ذلك القديس يوحنا فم الذهب : «ليكن الوقت مناسباً بالنسبة إليك: إشهد وبشر ليس فقط فى وقت السلم أو الهدوء أو عندما

تكون فى اجتماع الكنيسة. فإن وجدت فى خطر محاطاً بالسلاسل من كل وجه، وحتى لو كنت تمضى إلى الموت، حتى فى هذا الوقت بالذات وبخ ولا تتوان أبداً عن أن تنتهر وتعظ.

وهذا الأمر ليس بالجديد فالمؤمن مدعو لأن يبقى بإستمرار متأهباً ومستعداً «لمجاوبة كل من يسأله عن سبب الرجاء الذى فيه بوداعة وخوف» (١بطرس٣: ١٥؛ أفسس٦: ١٥).

وعلى تيموثاوس، الذى يقال عنه أنه كان بطبعه خجول، أن لا يخجل أو يفشل سريعاً عندما لا يقبل الناس شهادته أو خدمته. فالرسول ينبهه بالقول إن الكثيرين من السامعين لا يقبلون الحق لكنهم بالمقابل يسرون بالخرافات وبالتعاليم الشعبية التى تحتوى باستمرار على أشياء جديدة وتتوافق مع شهواتهم الخاصة (العددان٣و ٤)...................... انتبه جيداً إلى الكلمات التى وجهها إليه الرسول فى بداية هذا الفصل، فالشهادة عن الرب وللرب. والرب هو الذى دعا خادمه ليتمم هذه المهمة. ولربما يكمن هنا أعظم حافز على الجرأة. فإن كان بإمكان تيموثاوس أن يتيقن من أنه خادم الله العلى، وسفير ليسوع المسيح، وأن تحدى بولس له للتقدم ما هو بالحقيقة إلا تحدى الله ونفسه، عندئذ لا تعود أية قوة فى الوجود تقدر أن تجعله يحيد عن خطة فى خدمة الرب.

وهدفنا فى هذا الدرس أن نحث شبابنا المؤمن أن يحذوا حذو تيموثاوس إذ يشهدون هم أيضاً بدورهم وبكل أمانة فى محيطهم عن الرب يسوع المسيح المخلص والديان. أو على هذه الشهادة أن تكون أولاً بالسلوك، وثانياً بالكلام وليس العكس.

تفسير الإصحاح الرابع:

١- يبدأ بولس الرسول هنا بأن يذكر تيموثاوس ببعض المسئوليات التى يجب أن يقوم بها بناء على زمور هامة:-

أ- الرب وابنه يسوع المسيح معنا دائماً وهم يروننا وكل حياتنا.

ب- العدل فى إدانة كل الناس أمر مؤكد، كل المؤمنين سوف ينالون جزاءاً عادلاً عن فترة حياتهم هنا على الأرض عندما يقفون أمام عرش الرب ١كو٣: ٥.

ج- المسيح سوف يعود ثانية، وربما فى وقت قريب جداً.

د- وسوف يؤسس مملكته السماوية، ويحكم فوق الجميع.

٢- من أجل هذه الأسباب الأربعة الهامة، يجب على تيموثاوس أن يظل مبشراً ومعلماً بالكلمة باستمرار ومواظبة، يجب عليه أن يظل يقظاً وجاهزاً مثل جندى الذى يقف فى ميدان المعركة. يجب عليه أن يتكلم بكلام التبشير سواء استمع الناس أم لا.

لاحظ نقاط هذا العمل:

أ- أنشر خبر الإنجيل المفرح السار (انظر غلاطية٦: ٦ وكولوسى٤: ٣).

ب- كن مستعداً فى كل وقت، لأن الجندى الممتاز لا يغفل أبداً.

ج- وبخ الناس على خطاياهم، وأقنعهم بكلامك هذا.

د- إنتهز واستخدم سلطتك فى بعض المواقف، مثل القائد العسكرى مع جنوده.

ه- شجع من يحتاجون إلى هذا، وبكل حنان وحب منك.

و- علم ووجه الآخرين، بكل صبر وبطول أناة.

عن طريق هذه الوسائل سوف تستطيع أن تقنع من يسمعونك، ويقبلون رسالتك.

٣- مرة أخرى يقول بولس عن رسالة المسيح إنها صالحة ونافعة ويدعوها (التعليم الصالح)

قارن ١تيم١: ١٠، ٦: ٣، ٢تيم١: ٢)

سوف تأتى الساعة عندما لا يوجد من يسمعون كلام الله ولا يقبلونه، لكن هؤلاء أذانهمك بلا شك مريضة وغير سليمة (روحياً)، إنهم يريدون أن يسمعوا فقط يرضيهم وتقبله نفوسهم. إنهم عادة يميلون إلى سماع بعض الأشياء الجديدة والمثيرة، وهى تريحهم هكذا مثل الأثينيون (رجال أثينا) أعمال ١٧: ٢١.

٤- هؤلاء الذين يعتبرون أنفسهم عصريون فى عالم اليوم يريدون معلمين يقولون لهم ما يرضيهم وما يحبون أن يسمعون .. لكن عندما ينصرفون عن سماع كلمة الحق، فهم بذلك ينصرفون إلى حياة الشيطان، ويختبروا ويعيشوا أكاذيبه وخرافاته، ومكره .. ومن أمثلة هذا بعض المعجزات التى تتم بطريقة السحر، وبعض الخرافات، وبعض الإدعاءات..... إلخ

والسبب لذلك يوضحه بولس، يقول أن ذلك بسبب ضعف ابصارهم وسمعهم وهذا تعبير مجازى تعبيرى يستخدمه للتوضيح. إن آذان هؤلاء لا تقدر أن تسمع للحقيقة والحق لأنها قد إعتادت على أكاذيب الشيطان. إنهم يستمعون الباطل بدلا من الحق لذلك نراهم يحبون الاستماع إلى المعلمين البشريين البعيدين عن روح الله وعلى النقيض قال السيد المسيح عن

من يتبعونه ويؤمنون به "**خرافى تسمع صوتى وأنا أعرفها فتتبعنى**" يوحنا١٠: ٢٧.

٥- لذلك يعطى بولس تيموثاوس أربعة وصايا أخرى:

أ- إصح وإستيقظ: لا تكن غافلاً (روحياً أو نفسياً أو جسدياً) أو بمعنيى آخر كن ثابتاً وبقظاً

ب- إحتمل المشقات والآلام: انظر ٩: ٣،٢.

ج- اعمل عمل المبشر وهذه ليست مهنة أو وظيفة رسمية بل أحد مواهب الروح القدس أفسس٤: ١١.

د- تتم خدمتك: وقم بها حتى إلى النهاية.

٦- والآن يقدم بولس لتلميذه تيموثاوس مثال جميل ورائع كى يتبعه، وهو نفسه. كان بولس تقريباً على وشك الموت، لقد جاءت ساعته كى يموت من أجل المسيح. وفى الواقع، هو يقول بنفسه أن وقت موته قد اقترب، وبمثل إحساسه بنفسه بقوله «إننى الآن أسكب سكيباً، فيجعل نفسه مثل السائل الذى ينسكب، وذلك إشارة إلى أن دمه سوف يسيل عندما يقطعوا رأسه ويستشهد.

وهنا يشير بولس إلى العهد القديم والخمر التى كانت تنسكب فيه (خروج٢٩: ٤٠)

وكذلك سفر العدد ١٥: ١- ١٠ وقد إستخدم بولس هذا التوضيح والشرح من قبل فى فيلبى٢: ١٧ حيث تكلم عن المؤمنين بأنهم الذبيحة الرئيسية، وأنه هو الخمر أو النبيذ الذى ينسكب عليها.

ينظر بولس إلى حياته الخاصة على أنها ذبيحة من أجل خدمة المسيح رومية١٢: ١ والآن قد حان الوقت كى يسفك دمه ويموت، وهو راضٍ وسعيد من أجل إسم المسيح لقد حان الوقت لرحيله عن هذا العالم، وهو يستخدم كلمة رائعة وشيقة جداً كى يصف ذلك (وقت الانحلال) إنها صورة تمثيلية ترى منها:

أ- مثل البحارين الذين يحلون السفينة من المرسى كى تنطلق وتسير.

ب- مثل الجنود الذين يتركون المعسكر كى يبدأون التدريبات والمشى.

ج- مثل المسافرن الذين يخلعون خيامهم من الأرض كى يسروا وينطلقوا.

د- مثل المساجين الذين فكت قيودهم الحديدية، وأطلق سراحهم.

تدريب: هل تستطيع التعبير عن هذه الصور بالتمثيل الصامت أو الرسم أو الشعر؟

هذه كانت نظرة بولس الرسول إلى الموت، إنه ليس النهاية بعد، لكنه بدء حياة جديدة ... بالنسبة للأرض هنا، الموت مثل غروب الشمس، لكنه بالنسبة للسماء مثل شروق الشمس.

إن الموت:

- مثل من يضع رجله فى أرض جديدة فيجدها هى السماء!
- مثل الذى يستنشق ويتنفس هواءاً نقياً جديداً، هو هواء آت من السماء!
- مثل من يهرب من العاصفة ومن تقلبات الجو القاسية إلى حيث سيجد منتهى الهدوء ومنتهى الراحة!

● مثل من يكون نائماً ويحلم ثم يستيقظ فيجد نفسه فى مكان آخر مع المسيح فى السماء

● مثل شىء ظل الإنسان يتمناه ويحلم به، ثم يغمض عينيه ويفتحهما فيجد نفسه في عالم آخر سماوى مقدس!

٧- والآن مرة أخرى يشير بولس إلى بعض الأمثلة الذى استخدمها من قبل فى أصحاح٢

أ- يمكننا هنا أن نمثل المسيحى بالجندى أو الشخص الرياضى المتسابق، الحياة مثل المعركة، أو مثل السباق فى المباريات، والمؤمنون يجب أن يكونوا متأكدين أنهم فى معركة سامية شريفة يخوضونها ضد الشيطان. لكن هناك الكثير من الأمور فى الحياة لا تستحق أن نحارب من أجلها. لقد اختار بولس هدفاً عظيماً ونبيلاً يعيش من أجله ويقاتل من أجله وهو المسيح (فيلبى١: ٢١)، ولأجل هذا السبب ظل مجاهداً مدى حياته بعد معرفته بالمسيح.

ب- الحياة المسيحية والخدمة مثل السباق سواء فى السير أو الجرى (فيلبى٣: ١٤، ١٣). لقد وصل بولس إلى هدفه، ولم يفشل أو يضعف فى الطريق، بل لقد أنهى مشواره بكل فرح وسعادة (أعمال٢٠: ٢٤).

ج- المكافأة: الكنز هو الإيمان ... الحق الذى الله . نجده فى كلمة الله، ولطالما دافع بولس عن كلمة الله، وحماها ضد كل أعدائها الذين تربصوا بها وهم كثيرون.

ولأجل كل هذه الأشياء صار بولس مثالاً ورمزاً أمانم تلميذه تيموثاوس، ولنا نحن أيضاً (١تيم٦: ١٢؛ ٢تيم١: ١٤).

كل حياة بولس يمكن أن نلخصها ونوجزها كالآتى

جاهد جهاداً حسناً ولم يستبق أى عمل خدمة لم يقدم للمسيح بل قدم كل ما عنده، لم يتخاذل أو يتراجع يوماً بل كان دائماً سباقاً ومقدماً فى الدفاع عن اسم المسيح ورسالته، لذلك هو مسترح الضمير وليس هناك من شىء يقلقه ويندم عليه، بل إنه يواجه الموت بكل فرح وإرتياح وإنتصار.

هل من الممكن أن ينطبق عليك هذا الكلام، أيها القارىء العزيز؟

٨- ماذا سيكون بعد ذلك بالنسبة للخادم المؤمن الأمين للرب؟

الفائزون فى الألعاب الأوليمبية ينالون ميداليات أو أكاليل من الذهور أو تيجان توضع على رؤوسهم، وهى مصنوعة من ورق ولكنها بعد فترة تذب وتنتهى. لكن الإكليل الذى أخذه بولس لا يذبل أبداً (١كورنثوس٩: ٢٥) مثل (الميراث الذى لنا الذى لا يفنى ولا يتدنس) ابطرس الأولى١: ٤.

هذا الإكليل نسميه البر، الذى يناله الذى يجاهد، أو، يحارب فى طريق الإيمان بالمسيح، أو من يحرس هذا الإيمان ويحميه ويدافع عنه.

هناك أكاليل أخرى أو مكافأت وردت فى العهد الجديد انظر وأكمل ما يأتى:-

أ- ١كورنثوس٩ عدد..............إكليل .... يعطى لـ..............

ب- اتسالونيكى٢عدد..............إكليل.............. يعطى لـ............

ج- ١بطرس ٥عدد ....إكليل ....يعطى لـ............

د- الرؤيـا٢عدد..............إكليل ....يعطى لـ............

لكن ماذا سيفعل المسيحيون بهذه الأكاليل عندما يذهبون إلى السماء؟ إنظر الرؤيا ٤: ١٠

الرب نفسه هو القاضى البار العادل، وسوف يعطى بنفسه وبيده الأكاليل إلى كل إنسان بحسب إستحقاقه، وذلك أمام كرسى عرش المسيح ٢كورنثوس ٥: ١٠ وهذه المكافأت والأكاليل سوف تعطى دون أى محاباة أو تمييز، وبمنتهى العدل، إلى كل المؤمنين الذين يحبون المسيح من أعماق قلوبهم ويتطلعون بكل شوق إلى مجيئه الثانى.

كيف نستطيع أن نرغب بشدة فى مجئ المسيح الثانى وننتظره؟

عن طريق أن نجعل المسيح يتمجد فى حياتنا وفى كل أعمالنا وسلوكنا (١يوحنا ٣: ١-٣)

٩- والآن فى الفترة من عدد ٩ - ١٨ يعود بولس للكلام عن ظروفه الصحيحة. لقد كان فى السجن وهو بلا شك مكاناً مظلماً، ويبدو أنه كان أسوأ فى سجنه السابق الذى جاء ذكره فى أعمال ٢٨ لأنه كان يشعر بالوحدة ويترجى تيموثاوس أن يحضر إليه بسرعة إذا أمكنه ذلك ٩، ٢١ ونرى من ذلك ماذا كان تيموثاوس يمثل بالنسبة لبولس.

هل وصل تيموثاوس إلى هناك قبل أن يموت بولس؟

نحن لا نعرف ذلك. لكن الذى نعرفه أنه إذا لم يكن تيموثاوس قد ذهب لبولس فى روما وقابله هناك، فسوف يقابله فيما بعد فى وقت لاحق، فى السماء حيث سيلتقى كل المؤمنين هناك!

١٠- ديماس صار تابعاً لبولس وعاملاً معه كولوسى ٤: ١٤ وفليمون ٢٤ لكنه الآن قد خذل بولس وتخلى عنه، ولكن لماذا فعل هذا؟ لقد سقط فى محبة هذا العالم الزائل، ومقتنياته ومشهياته، وهذا بعكس من سينتظرون يوم المسيح العظيم ومجده، ويحبونه ويتمنونه (عدد٨).

لقد قارن ديماس بين الراحة فى هذا العالم وبين المتاعب والأخطار التى يلاقيها فى سيره مع بولس الرسول. وإختار أن يسير فى الطريق السهل وعاد إلى تسالونيكى، وفشل فى الإستمرار كولوسى ٣: ٢، وهذا أصاب بولس بخيبة أمل وحزن عليه.

كريسكبس كان أيضاً مساعداً لبولس الرسول، لكننا لا نعرف عنه أى شئ آخر أكثر من ذلك من الإنجيل، وهو أيضاً غالباً تخلى عن بولس فى وقت احتياجه إليه.

تيطس معروف بلا شك أنه قد ذهب ليبشر ببشارة الإنجيل فى دلماطية التى تقع على الشاطئ الشرقى للبحر الأدرياتيكى، بعيداً عن مقدونية.

١١- لكن لوقا فقط هو الذى ظل مع بولس، لقد سافر مع بولس فى أسفار كثيرة (وأنت تقرأ سفر أعمال الرسل لاحظ كلمة نحن كثيراً) وهى تخبرنا أن لوقا كان مع بولس فى نفس المكان وفى نفس الزمن).

كان لوقا مع بولس وظل معه فى سجنه لأول مرة (كولوسى ٤: ١٤) والآن يطلب بولس من تيموثاوس أن يحضر معه يوحنا مرقص أيضاً، وربما تندهش عندما تتذكر كيف أن مرقص ترك بولس وبرنابا من قبل في الأعمال ١٣: ١٣، ٥ و ١٥: ٣٦ - ٤١ لكن ظل مع بولس فترة أخرى وكان معه فى فترة سجنه الأول كولوسى ٤: ١١٠ وفليمون ٢٤ والآن يحتاج بولس مرة أخرى للمساعدة من الخادم الذى فشل من قبل، ولكنه الآن ذو فائدة كبيرة إذ يحتاجه بولس، وهذه هى مشيئة الله نحو أى منا إذا سقطنا أو فشلنا فى البداية. الله هو إله الشفاء يقبل من يرجعون إليه ولا ينسى أحد أبداِ.

قارن أيوب ١٤: ٧ - ٩ مع مزمور ٣٧: ٢٣، ٢٤ ميخا ٧: ٨

تذكر أيضاً كيف سقط بطرس الرسول وفشل فى التجربة، لكنه رجع فيما بعد وعاد كما كان وأقوى!

١٢- تيخيكس كان معاوناً جيداً لبولس وكان يثق فيه كثيراً.

إذا قرأت الأعمال ٢٠: ٤ وأفسس ٦: ٢١، وكولوسى ٤: ٧ وتيطس ٣: ١٢

سوف ترى ذلك. وهو غالباً هو الذى حمل هذه الرسالة الثانية إلى تيموثاوس، وهو غالباً الذى كان يقوم بعمل تيموثاوس عندما ذهب إلى روما كى يرى بولس هناك.

١٣- وهذه ملاحظة شخصية يكتبها بولس هنا: كان الشتاء على وشك القدوم عدد ٢١، وكان بولس يشعر بحاجة إلى ردائه الثقيل (بالطبع لم يكن هناك تدفئة فى السجن الذى كان محبوساً فيه) وكان قد تركه مع كاربس الذى بلا شك كان يستضيفه عندما يذهب إلى ترواس... ليس هناك شئ ذكر فى الإنجيل عن كاربس أكثر من هذا. لكن يا له من شرف كبير له أن يستضيف فى بيته الرسول بولس!...

لاحظ أن بولس لم يكن يفكر فقط فى احتياجاته الجسدية والمادية، لكن أيضا كان يريد بعض الأشياء من أجل عقله وروحه. لقد ظل يدرس ويكتب حتى إلى أن صار شيخاً كبيراً متقدماً فى السن. الكتب أو الرسائل التى كتبها كان يكتبها على ورق البردى، وكان البعض منها مصنوع من جلد الماعز أو الغنم. وكانت كل كتابات العهد القديم تكتب هكذا بنفس الطريقة، ولم يكن غالباً بمقدور بولس الرسول أن يأخذ معه كل هذا الكتب عندما قبض عليه ووضع فى السجن. أو لم تتح له هذه الإمكانيات للكتابة. لذلك يطلب من تيموثاوس أن يحضر له معه كل هذه متى حضر مرة أخرى قادمة.

١٤- وعلى العكس من بعض رفقائه فى الخدمة الذين ذكر أسمائهم. يذكر بولس اسكندر النحاس. الذى كان غالباً يقوم بتصنيع نماذج مصغرة للإلهة ديانا إلهة أفسس. كان هناك الكثيرون اسمهم اسكندر فى ذلك الوقت، ربما ليس هذا هو الذى جاء ذكره فى ١تيموثاوس ١: ٢٠ لكن كان على ما يبدو عدواً لبولس، وسبب له الكثير من الأذى. إننا لا نعلم بالضبط ماذا فعل، لكنه هذا لا يهم فإن الرب سيعاقبه على كل ما فعله ويجازيه على كل أعماله.

(وهذه لا تعتبر صلاة من بولس نحو الرب كى ينتقم له رومية ١٢: ١٩، لكن فقط تقرير بسيط وواقعى لحقيقة معينة).

١٥- لذلك يحذر بولس تيموثاوس أيضاً منه، لأن هذا الشخص من الممكن أن يسبب الكثير من الضيق والمشاكل ويعوق خدمته وعمل الرب. لكن الرب هو الذى يستطيع أن يجعل عمله ورسالته تنتصر على الشر.

١٦- لقد اجتاز بولس العديد من التجارب فى حياته، وهو هنا يشير إلى التجارب، فى أوقات كثيرة سابقة من حياته الرسولية لم يجد من يقف بجانبه أو يشهد فى صفه. بل يقول هنا أن الجميع تركوه وتخلوا عنه وخذلوه. وهذا ما حدث أيضاً مع ربنا يسوع المسيح، حيث تركه الجميع وهربوا متى ٢٦: ٥٦.

لكن مثل الرب إلهه لوقا ٢٣: ٣٤ يطلب بولس الصفح من أجل الغفران لمن أساءوا إليه.

١٧- بالرغم من ذلك، يذكر بولس أنه وقف وحيداً، أو لم يشاركه أحد ولكن الرب يسوع بنفسه وقف بجانبه وعضده. وكم هذا عظيماً ومدهشاً! وقد وعد الرب أن يقف مع كل من يخدمونه العبرانيين ١٣: ٥

لقد وضع قوته فى شخص بولس، وجعله قادراً أن يبشر بإنجيل المسيح المفرح إلى الكثيرين جداً من جمهور الأمم الذين قاوموه فى البداية كثيراً.

وربما حدث ذلك أمام الإمبراطور نيرون نفسه، يا له من إنتصار لبولس الرسول! البعض يرى أن هذا كان أعظم طموح لبولس ولخدمته العامة التبشيرية رومية ١: ١٣ - ١٥ ثم يضيف بولس قائلاً أنه قد أنقذ من فم الأسد، وربما يسترشد هنا بمزمور ٢٢: ٢١، كما حدث مع دانيال فى (دانيال ٦: ٢٠).

وهو هنا ربما يشير إلى أسد معنوى وليس بالمعنى الحرفى، حيث كان المسيحيون فى ذلك الوقت يقاومون بشدة، ويقاوم تبشيرهم جداً. وربما يقصد بولس هنا بالأسد نيرون الطاغية، أو ربما يقصد الشيطان ١بطرس ٥: ٨، والبعض يرى أنه هنا يشير إلى الموت نفسه، لكن المهم أن بولس تمد أنقذ من الموت عدة مرات، ومن فم الأسد!

١٨- وكان واثقاً جداً أن الرب سوف ينقذه وينجيه من كل أعدائه، ومن له شر ردئ أو أذى، وأنه سوف يخلصه لملكوته السماوى، ولهذا السبب يقول جملته الشهيرة «أعظم من منتصرين» رومية ٨: ٣٧.

١٩- وهنا يوجه بولس بعض التحيات إلى اكيلا وبرسكيلا حيث كانا صديقين مؤيدين لبولس، وعاملين معه فى خدمته التبشيرية. وكان بولس يحبهما جداً بكل قلبه فى الرب.

يمكنك أن تعرف عنهما أكثر من سفر الأعمال ١٨: ٢، و١كورنثوس ١٦: ١٩، ورومية ١٦: ٣)

وبيت أنسيفورس، هنا أيضاً يحييهم بولس.

٢٠- اراستس أحد مواطنى كورنثوس، الذى يذكره بولس هنا، قد قرأنا

عنه فى رومية ١٦: ٣٢ وربما كان هو رفيق بولس فى سفر الأعمال ٩: ٢٢ وربما كل هذه الأعداد تشير إلى نفس الشخص.

تروفيمس كان رفيقاً أخر لبولس فى سفرياته أعمال ٢٠: ٤، ٢١: ٢٩ ربما يندهش البعض كيف يتركه بولس مريضاً فى ميليتس، ألم يكن لبولس موهبة شفاء المرضى؟ نعم فى أعمال ١٩: ١١-١٢ و ٢٨: ١٨

وألم يكن لوقا الطبيب مع بولس أيضاً حينئذ؟ نعم!

إذن لماذا تركا هذا الخادم الأمين العزيز إلى قلب بولس مريضاً؟!

هنا نتعلم درساً هاماً جداً.

إن موهبة الشفاء لها بعض الحدود الخاصة بها. إنها لم تكن فقط تستخدم لأجل بعض الأغراض البشرية إذ أن بولس لم يشفى نفسه فى (٢كورنثوس ١٢: ٧ - ١٠)، لكنها كانت بتوجيه وإرشاد الرب. وبحسب مشيئة الرب وقصده أولاً، وكى يتمجد هو قبل أى شخص أخر.

هنا يتضح لنا أن مشيئة الرب لم تكن هى شفاء تروفيمس فى ذلك التوقيت، وكان لدى بولس ولوقا اقتناع أن يتركاه هكذا فى يد الرب، وهما سعيدان، وهو كذلك سعيد، بالخضوع والإذعان لمشيئة الرب ورغبته. ومشيئة الرب ليس هناك أى تعارض بينهما وبين صلاة الإنسان مهما زادت أو قصرت، بل يجب أن يؤمن بها الإنسان إيماناً كاملاً ويخضع لها.

٢١- وللمرة الثانية يرجوا بولس تيموثاوس أن يسرع ويعجل بالقدوم إليه قبل فصل الشتاء (أنظر الملحوظة على عدد ٩).

لأن رياح وعواصف الشتاء قد تعوق السفر والإبحار بدرجة كبيرة، وكان الوقت القادم قصيراً بالنسبة لبولس!

ثم يرسل بولس تحياته من أربعة من المؤمنين بالرب، ثلاث رجال وسيدة (كلامدية أو كلوديا). كانوا يعيشون غالباً فى روما، بالرغم من أنه لم يرد ذكرهم فى رسالة رومية ١٦ أو فى أى موضع آخر من الإنجيل.

٢٢- أهم دعاء من بولس لتيموثاوس هنا أن يكون الرب مع روحه، ومع أرواح كل الإخوة المؤمنين الآخرين. لذلك فإن هذه الرسالة قد كتبها بولس لكل من:

أ. تيموثاوس شخصيا.

ب. لكل المؤمنين وبالطبع لنا نحن أيضا

ليت كل ما جاء فيها يجعلنا كلنا نصير رجال ونساء لله بحق ونثق فيه ونحبه من كل قلوبنا، ونحيا بحسب مشيئته، كلنا سواء كنا صغاراً أم كباراً.



الشباب والحب



تمهيد: الاستجابة الدائرية:

حوار: يجلس الفصل فى شكل دائرة (أو صفوف) يطلب الخادم من الشباب التعليق على (كلمة حب وماذا تعنى) تكون استجابة الشباب بالترتيب من اليسار إلى اليمين - يمكن للشباب الذى لا يريد التعليق أن يترك دورة لمن يجلس على يمينه.

المقدمة

حوار مفتوح

س ١ حب كلمة من حرفين فقط، ولكنها تشير إلى الكثير والكثير. فماذا تعنى هذه الكلمة بالنسبة لك؟

س ٢ ما الفرق بين الإعجاب، العاطفة، الحب؟

س ٣ كيف نتأكد من الحب الحقيقى؟

س ٤ هل نعتقد أن هناك صداقة بريئة بين شاب وفتاة؟. وماذا تفعل كى تتخطى الصداقة حدودها الطبيعية؟

س ٥ هل الحب محدد بوقت أو زمن؟

س ٦ ماذا تفعل كى لا تتحول الصداقة إلى حب. وكى لا يتحول الحب إلى شهوة حسية؟

أولاً: المراهقة وحب الكبار:

قصة:

كانت «هدى» ذاهبة إلى امتحان السنة الأولى الثانوية.. وفجأة وهى تعبر الطريق.. صدمتها سيارة، ولكن أنقذها بسرعة شاب يدعى «عادل» ولم تكن

هى تعرفه من قبل فكانت هدى عاجزة عن السير فاستندت على ذراعه حتى وصلا إلى منزلها. وبعدما صعدا إلى البيت حاول أن يستأذن، ولكن أهلها أصروا على د ىائه وعلى شكره.

وكان «عادل» طالب بكلية الطب سيتخرج بعد عامين، وسيم،قوى البنية، رقيق، بسيط، مثقف جداً، يتقن الإنجليزية، كانت «هدى» متألمة جداً فطلب «عادل» من والدها ضرورة عمل أشعة على قدمها.

وضعت قدمها فى الجبس لمدة ثلاثة أسابيع. زارها عادل خلالها ثلاث مرات. كانت هدى تمضى غالبية الوقت فى غرفة النوم.. مما أتاح فرصة توطيد علاقة عادل بأختها «هيام»، خاصة وأنها زميله له فى كلية الطب فى السنة الأولى.

وأحست هدى بغيرة شديدة، وقادها تفكيرها إلى طلب مساعدته لها فى اللغة الإنجليزية، فهى فرصة لتجلس معه ويحس بحبها. وبعد فترة فكت الجبس وكانت الصدمة أنها لن تستطيع السير بصورة طبيعية.. ولكن عادل كان دائماً يشجعها. وظهرت النتيجة ونجحت هدى بتفوق ٩٧٪ .. عادت إلى المنزل وكان عادل على التليفون فى قمة السعادة.

تكلم مع والدها وعرفت أنه سيحضر مع والده والدته لتهنئتها. جاء عادل، وكان فى قمة الأناقة وكذا والده والدته.. وبعد قليل أفاقت هدى على كابوس..

لقد جاء عادل ليخطب أختها «هيام»!

دخلت هدى إلى غرفتها وهى تبكى بشدة.. لكنها قالت «هل أترك أختى تأخذه منى؟ إنى أحبه.. سأكافح وأخطط من أجل حبى حتى لو اضطررت لإرتكاب جريمة..»

فكرت هدى كيف تلتقى مع عادل دون علم أبواها وأختها.. فكتبت له رسالة على الموبايل أخبرته فيها بحبها وطلبت منه أن يجلسا معاً وأن يحدد المكان والزمان. أنها تريد أن تكوّن معه علاقة حب خاصة، لكنه لم يوافق.. فرأت أن نطلب مساعدته لها فى الإنجليزى ولكنها كانت مجرد حجة حتى تجلس معه.

بدأت دراستها فى المرحلة الثانوية.. وكان عادل يذهب إلى خطيبته هيام ويتكلما كثيراً، وكان الحديث أقرب إلى الهمس... ورأت هدى ما فجّر غيرتها، وعادت جريح عواطفها تدمى بل تنزف.

ولذلك قررت هدى أن تخبر والدها بما رأت.. وعلمت هيام أن هدى قد سمعت ورأت ما حدث..

ودخل عادل ليتحدث مع هدى.. لكنها هددته بفضح ما رأت وإخبار والدها.. حاول عادل تهدئتها لكنه فشل! فقال لها « أنا مستعد أن أتفاهم معك بخصوص طلباتك فى خطابك لى.. أرجوك يا هدى..».

وأخذها بين ذراعيه، فهدأت وسكتت... وتطورت العلاقة بين هدى وعادل على النحو الذى كانت هدى تريده. ولذلك طبعاً بدون علم أبواها وأختها.

وذات يوم.. اتصل عادل بالتليفون وقال لها «هدى أنا تعبت من هذه الحياة. أنا أحب هيام وسنتزوج بعد شهرين، وأريدك صديقة مدى الحياة.»

أغلقت هدى التليفون بعنف.. فخاف عادل وذهب فوراً إلى منزلها.. وكانت المصيبة... فقد قالت هدى كل ما حدث بينهما! فحاول عادل أن يدافع عن نفسه دون أن يجرح هدى.. ولكن.. لم يجد أمامه سوى أن يريهم الرسالة على الموبايل .. وفعلاً أخرج خطاب هدى له وقال للوالد «أحكم بنفسك» وانصرف!

اتصل والد «هيام» بوالد عادل «عادل» وأتفقا على تأجيل الزواج وبقاء الوضع على ما هو عليه.

وهنا قرر عادل أن ينتظم فى الذهاب إلى الكنيسة.. كانت معنوياته شبه محطمة. وكان يواظب على حضور الصلاة والاجتماعات.. وكانت كلمات الكتاب المقدس مؤثرة وفعالة وحية تعمل فى أعماقه. وأحس بروح الله يكلمه ويفتح قلبه للمسيح..

وأخيراً

رجع عادل إلى الله بقلبه وعقله، وقرر أن يكون زواجه مع هيام الشهر القادم، فإن هذا هو الحب الحقيقى الناضج!

تأكدت هدى من أن حبها لعادل كان مجرد فترة مراهقة، وأنه ليس حب ناضج، وأنه غير صحيح، وأنه يجب عليها أن تتروى فى علاقاتها ومشاعرها.. وأن لكل شيء وقته.. وأنها لابد فى الوقت المناسب ستقابل الحب الحقيقى.

حوار:

أطلب تعليقات على القصة فى خلال 5 دقائق.

نوعان من الحب:

وفاء الحب

سنة ١٩٥٤ أثناء الحرب العالمية الثانية تعرف بحار ألمانى بفتاة فرنسية تواعدا على الزواج. وحددا موعد الزواج نهاية الحرب. انتهت الحرب ولم يعد البحار. فراحت الفتاة تبحث عنه فى مكاتب الاستعلامات. وبعد ست سنوات قيل لها أن البحار قد أسره الاميريكيون أثناء الحرب، ولكنه تمكن من الفرار. ولم يعرف عنه شيء بعد ذلك. تابعت الفتاة بحثها، وسنة ١٩٥٤ علمت أنه

قد وصل إلى اليابان، وهناك أصيب بمرض البرص. وهو الآن فى مستشفى للبرص فى إحدى الجزر اليابانية، ويحظر عليه الخروج من هناك بسبب مرضه. بعد١٢ سنة من البحث لم يكن بالإمكان الوصول إلى نتيجة أسوأ. ولكن حدث ما لم يتوقعه أحد. صممت الفتاة الذهاب إلى تلك الجزيرة. فحاول الناس إقناعها بالعدول عن فكرتها. لأن من يدخل جزيرة البرص لن يسمح له بالخروج منها. ولكنها بقيت على تصميمها وحصلت على تأشيرة للذهاب إلى تلك الجزيرة.

فوجدته هناك وتم هناك زواجهما، بالرغم من مرضه العضال. وعاشت معه السنين الطويلة تخفف بحبها له ما كان يعانيه من ألم وشقاء.

إن سر الحب الحقيقى أجمل ما فى الانسان، لأنه سخاء وبذل وتضحية وعطاء.

حب أثيم

يروى لنا الإنجيليون قصة حب أثيم هام به هيرودس ملك الجليل فى أيام السيد المسيح، وذهب ضحيته يوحنا المعمدان.

طلق هيرودس امرأته ليتزوج هيروديا أمرأة أخيه فيلبس. فكان يوحنا المعمدان يبكته قائلاً: لا يحق لك أن تكون لك امرأة أخيك. فأرسل هيرودس وقبض على يوحنا وأوثقه فى السجن. وكان يريد قتله، إلا أنه خاف من الجمع، لأن يوحنا كان عندهم نبياً. ونقمت أيضاً منه هيروديا ووطنت النفس على قتله. إلا أنها لم تستطع.

وكان يوم موافق، أقام فيه هيرودس، بداعى ذكرى ميلاده، مأدبة لعظمائه وضباطه وأعيان الجليل. فدخلت أبنة هيروديا نفسها، ورقصت، فأعجبت

هيرودس والمتكئين معه. فقال الملك للصبية: «سليني ما شئت فأعطيك». وأقسم لها أن: «مهما سألتني أعطيك، ولو نصف مملكتي!» فخرجت وقالت لأمها: «ماذا أطلب؟» قالت: «رأس يوحنا المعمدان». وفي الحال، دخلت مسرعة على الملك، وطلبت قائلة: «أريد أن تعطيني، على الفور، رأس يوحنا المعمدان في طبق». فاستحوذ على الملك غم شديد، ولكنه بسبب القسم والمتكئين معه، لم يشأ أن يصدها، فأنفذ الملك في الحال جنديا، وأمره أن يأتي برأس يوحنا. فمضى وقطع رأسه في السجن. وجاء برأسه في طبق ودفعه إلى الصبية، ودفعته الصبية إلى أمها. وسمع تلاميذه بذلك فأتوا وأخذوا جثته ووضعوها في قبر» (مر ٦: ١٧-٢٩).

سؤال للحوار: هل تعتبر علاقة هيرودس بهيروديا حبا؟

ثانياً الإعجاب:

- حيرة شباب:

إني معجب بها منذ أول مرة رأيتها وأشعر نحوها بعاطفة رقيقة، وأود لو أرتبط بها مستقبلاً.

- قلق فتاة:

«انه حقاً شخصية جذابة، فلم يحدث من قبل أن شغلت بشاب مثلما شغلت به، ولم يسبق لي أن جذب أحد انتباهي أو استأثر بتفكيري مثلما فعل هو..»

«هو، هي» هل حدث لك أنك مررت أو تمر بمثل هذا الموقف..! أو ماذا تفعلين؟

من خلال حياتنا اليومية سواء في الدراسة أو العمل أو الرحلات.. يمكن أن يلتقي الشاب والفتاة.. وهذا أمر طبيعي وعادي.. ويمكن أن يلفت إحداهما

نظر الآخر بشخصيته المتميزة، وهذا أيضاً أمر طبيعى وعادى.. ولكن أقول لك يجب أن نضع فى اعتبارنا حقائق هامة وهى:

١- ليس معنى الإعجاب بشخص من الجنس الآخر أن أحاول أن تكون لى علاقة خاصة معه، تمهيداً للأرتباط به..!

سؤال للحوار: لماذا لا يستمر الإعجاب إعجاباً دون أن يرتبط بمعان عاطفية؟

٢- ليس معنى إعجابى بشخصى أن يعجب هو بى بالضرورة

س للحوار: ألا يعتبر هذا تفكير أنانياً، ليس فيه احترام لحرية الشخص الآخر الذى من حقه أن يُعجب أو لا يُعجب؟

٣- من المفيد لنا كشباب أن نضع حداً فاصلاً بين الحقيقة والخيال، كما ينبغى أن يكون تفكيرنا موضوعياً واقعياً، دون أن نسترسل فى أحلام اليقظة، ولا نحاول فرض أنفسنا على الآخر.

فكثيراً ما نجد حالات تعلق عاطفى من واحد.. حيث يفسر الشاب (مثلاً) تصرفات الفتاة تفسيراً يخدم رغباته الخاصة.. فإذا ابتسمت له، يتخذ من ذلك دليلاً على أنها متعلقة به عاطفياً.. ثم يبدأ فى التعامل معها على هذا الأساس..!

لذلك

لا ينبغى أن نندفع بلا تعقل وراء عاطفة غير منضبطة، إنما نجعل العقل فوق العاطفة، والروح فوق العقل. أى أن يخضع المسيحى لإرشاد الروح القدس الذى يقدس فكره، وينقى عاطفته، ويطهر جسده.

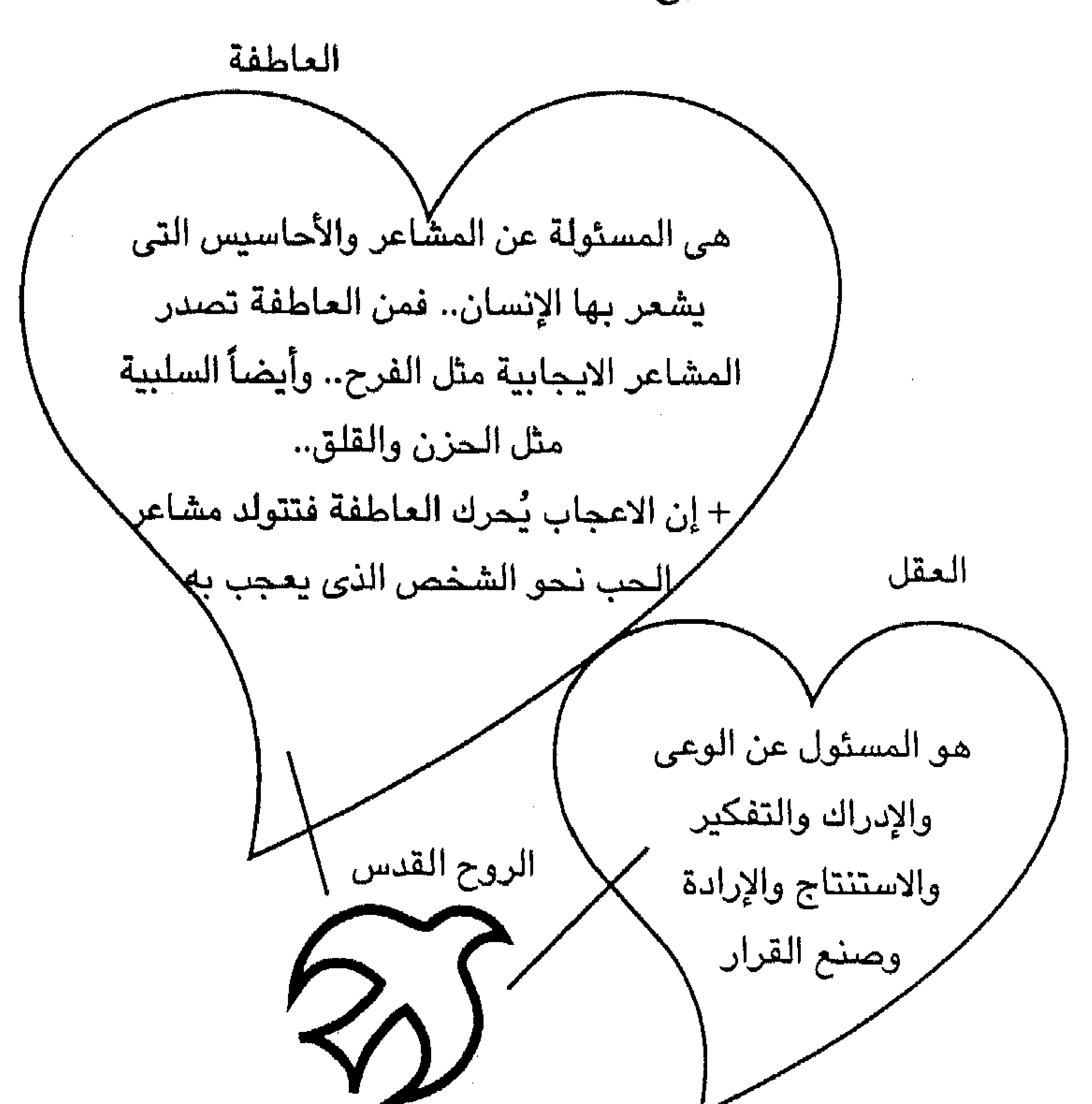
٤- لا مانع أن أعجب بالآخرين، فكل انسان فيه من الصفات ما يستحق الإعجاب ولكن المهم هو رد الفعل للإعجاب..!

يوجد رد فعل إيجابى وهو أن استفيد من صفات الشخص الذى أعجب به.. حيث يمكننى من خلال التعامل معه أن أكتسب بعض صفاته ويوجد رد فعل سلبى وهو أن أحاول امتلاك هذا الشخص من خلال تكوين علاقة خاصة معه مندفعاً وراء عاطفتى دون تعقل..!

العاطفة

النفس الإنسانية فيها عنصران أساسيان هما:

الروح القدس يقود الاثنان



الإعجاب بين العاطفة والعقل

ليس هناك خطأ فى أن أعجب بالآخرين، ولكن لا ينبغى أن يُترجم إعجابى إلى عاطفة مندفعة..!

فليس هناك خطأ فى العاطفة بحد ذاتها ولكن ينبغى أن تراعى العاطفة الجوانب الأخرى من حياة الإنسان.. فلا يندفع الإنسان فى إعجابه بشخص من الجنس الآخر إندفاعاً يؤدى به إلى علاقة سابقة لأوانها لا تهدف إلى تكوين رابطة زواجية وإنما تستهدف التسلية أو إضاعة الوقت.

لذلك.. فلتكن علاقات الشباب متزنة عاقلة، ولا ينبغى أن يفّكر أحد فى الارتباط إلا فى الوقت المناسب.

فيجب أن يكون هناك اتزان بين العقل والعاطفة

ثالثاً الحب:

نحن نسمع كثيراً عن كلمة «الحب» التى استهلكها الناس فى مجال العلاقات العاطفية بين الجنسين حتى أصبحت هذه الكلمة مرادفة «للشهوة».

فالأفلام السينمائية تشوه الحب وتصوره كوسيلة تربط بين شاب وفتاة بهدف المتعة فقط.

لكن نحن كأبناء للمسيح يجب علينا أن نكشف عن مفهومنا السامى للحب..

الحب هو قوة الحياة.. هو طاقة إلهية، والله وحده هو الذى يعطى الانسان منها.

فالحب الحقيقى عند الإنسان يسير على نمط حب الله لنا، حب التضحية والبذل والعطاء دون انتظار المقابل.

والحب الحقيقى هو الحب الناضج.. فليس كل تعلق عاطفى حباً.. وليس كل شاب يقول عن فتاة «إنى أحبها» يكون ذلك حباً حقيقياً، فقد يكون حب امتلاك أو مجرد حب للذات «أى يحب ذاته فيها».

درجات الحب

تأتى كلمة حب فى الكتاب المقدس باليونانية فى ثلاث كلمات

١- حب الإيروس: الحب الأنانى أو الشهوانى.

هو نوع من الحب يبدأ مع الطفل فى سنى حياته الأولى.. فهو يشعر أن ذاته هى محور الكون وهو لذلك يريد أن يمتلك كل شىء له.

هذا الحب البدائى أو «الأنانى» مفروض أن يتحول إلى مستوى أرقى من الحب من خلال عملية النضوج النفسى للفرد.. ولكن بعض الناس يصلوا إلى سن البلوغ، ولا يزال فى داخلهم هذا النوع من الحب. إن هذه الأنانية التى بداخله تنطبع على حياته الجنسية، فينظر إلى الجنس الآخر كجسد لا كشخص، «كشىء» يُمتلك أو يستعمل ويستهلك، ثم يستغنى عنه أحياناً.. ويصبح الجنس فى نظر هذا الشخص مجالاً لإشباع الشهوات.

اذكر من الكتاب المقدس مثالاً يدل على هذا النوع من الحب؟

٢- حب الفيليا (الحب الانسانى الطبيعى):

وهو الحب الذى يتبادله الناس فيما بينهم حيث يتبادلون المشاعر الإنسانية الرقيقة. ومن خلاله تسود مشاعر الود بين البشر. نرى هذا الحب فى علاقات الصداقة بصفة عامة، ونراه ايضاً فى العلاقة بين الرجل والمرأة التى تتخذ أحياناً اتجاهاً عاطفياً خالصاً، فيه نجد حب «الفيليا» يخرج شحناته العاطفية المتدفقة ويسمى لذلك «الحب الرومانسى»، وقد لا تكون فيه شهوة جنسية ولكنه مع ذلك ليس حب ناضجاً.

+ فى الحب الرومانسى يعلو صوت العاطفة على صوت العقل..

فنجد أن الشاب والفتاة يريدا استمرار العلاقة بينهما رغم كل التحديات، ورغم صغر السن، ويرفضان الاستماع إلى نصيحة الكبار، ولا يضعان هدفاً واضحاً لعلاقتها.. فهما لم يستعدا بعد للزواج، ولكنهما يندفعان بقوة لتوطيد العلاقة بلا تفكير..!

وهو أيضاً حب متقلب ومتغير.. فكثيراً ما يتغير هذا الحب بتغير ظروف الحياة خصوصاً فترة المراهقة.

٣- حب الأغابى:

وهو أعلى مستويات الحب لأنه حب من الله..

«حب الأغابى» هو الحب الإنسانى الأصيل الذى كان عند أدم وحواء قبل السقوط.. أى قبل أن تتشوه طبيعة الإنسان حيث كان القلب نقياً والفكر مستنيراً بالله.

+ ويتميز هذا الحب بـ:

١- البدل والعطاء من أجل الآخرين.

٢- حب حقيقى ثابت لا يتغير بسهولة.

٣- حب يتجه إلى شخص «الآخرين للآخر من مدلول إنسانى سامى.

٤- حب ناضج واع يعتمد على اتزان العقل مع العاطفة.

٥- هذا الحب لن نجده إلا فى الحياة المسيحية لأنه ثمرة لحضور الروح القدس فى كيان المسيحى.

صحى ومفيد

إن الحب فى حد ذاته شىء جميل، ودافع قوى لإنجازات كثيرة.. ولكن إن كان هذا ا .حب حقيقياً متزناً بعيداً عن الشهوة واللذة الحسية، فنحن كأبناء للمسيح يجب علينا أن نحافظ على طهارة جسدنا لأن أجسادنا هياكل للروح القدس.

فهل تسمح لنفسك أن تدنس «هيكل الله»؟

كثيراً ما يبدأ الحب أو «العلاقة» على أنه مجرد تبادل للمشاعر والأحاسيس بين الطرفين.. ثم تشغل حيزاً من تفكيرك ثم تستحوذ على قلبك، ثم تبدأ هذه المشاعر أن تترجم إلى ملامسات ثم إلى لذة حسية.

من هنا يبدأ التعود على ذلك.. ويتحول الحب من المشاعر والأحاسيس إلى اللذة الجسدية. وهنا مرحلة الخطر.

أما الخطر الآخر فهو أحلام النقطة التى تبعد الشاب أو الفتاة عن علاقة بالله أو عن دراسته أو أسرته وأصدقائه «فنحن لا نعترض على الحب ذاته ولكن يجب ألا يتخطى حدوده وأيضاً يلتزم بالتوقيت الصحيح أو المناسب.

والوقت المناسب هو أن يكون هذا الحب فى إطار الزواج فقط ولكن قبل ذلك سيكون مضيعة للوقت.. وستكتشف الحقيقة بعد فوات الأوان ولن يجدى الندم أبداً.

+ أيها الشاب..

إذا تقابلت مع فتاة وأعجب بها وتمنيت أن تكون لك فى المستقبل فيجب عليك أولاً أن تعد نفسك جيداً لتكوين مستقبلك وتكوين حياة جديدة فيما بعد..

ولكن ماذا لو انشغلت بهذا الحب وأهملت دراستك وتكوين نفسك؟

هل تستطيع الارتباط ..؟ (حوار)

دع مشاعرك تثبت وجودها وصدقها.. ودع الله يدبر حياتك دون اعتراض على إرادته أى كانت.

+ أيتها الفتاة..

كذلك أنت إذا أعجبت بشاب. وإذا كان بيادلك نفس الشعور، إذا كانت هناك فعلا مشاعر حب حقيقى، فاعطيه الفرصة حتى يتمكن من الارتباط بك فى المستقبل، وتتركا مسافة بينكما. أما انشغلت به وشغلتيه..

فماذا تكون النتيجة؟ (حوار)

فلتكن حياتك وعلاقتك بالله هى القارب الذى يصل بك إلى نهاية سعيدة.

الحب طاقة قوية جداً.. لذلك يجب الاستفادة منها، ولكن الاستفادة الصحيحة.

فالشاب والفتاة فى مرحلة المراهقة يكون لديهما طاقات كبيرة، ولكن البعض للأسف يهدرونها هباء، فى مشاعر وعواطف تتبدد وتتغير بمرور هذه الفترة من حياتهم.

ويعتقدون أيضاً أن الحب هو فقط العاطفة التى بين شاب وفتاة «ويسمونه الحب الرومانسى».. وهذا خطأ.

لا فكما عرفنا أن للحب أنماط عدة.. وأسمى معانى ودرجات الحب هو حب الله.

وكذلك حب الآباء للأبناء، وحب الناس بعضهم لبعض، والأصدقاء.. ولذلك يجب أن تكون علاقتنا بالجنس الآخر فى إطار معين كى لا تتعدى حدودها الطبيعية.. وكى لا يتحول الحب داخلنا إلى إشباع لشهواتنا ورغباتنا.

إعرف الفرق بين الجنسين:

يختلط الأمر على الشباب والفتيات أحياناً بسبب عدم معرفتهم بنفسية الجنس الآخر، فالأولاد يكونون أحياناً مبادئين بالعلاقة مع الجنس الآخر، ولديهم انطلاق تلقائى، وأحياناً شهوة أو رغبة مندفعة-أما البنات فهن أكثر سلبية ويكتفين بالاستجابة دون المبادئة فى العلاقة من الفتيان. الفتى يدفعه رغبة دائمة، أما الفتاة فتستجيب للمبادءة من الشباب، خاصة إذا كانت ممزوجة بالحب والعاطفة وليس مجرد الشهوة.

ولا تعرف معظم الفتيات كم أن الرغبة الجنسية عند الفتيات قوية وملحة، ولذلك لأنها عند الفتيات أبطأ فى البداية وفى الاستجابة، وإن كانت أعمق من العاطفة. أما ما يعرفه الفتيات عن أنفسهم أنهن يريدن أن يحبوا وأن يكن محبوبات وليس لهن رغبة أخرى ولا يتوقعن شيئاً أخر.

أما الفتيان فلا يعرفون شيئاً كثيراً عن رغبة الفتيات فى الحصول عل الحب، فإن ابتسمت فتاة فى وجه شاب فقد يظن أن لديها نفس الرغبة الجنسية التى عنده ويقولون أحياناً. أن الفتى يبحث عن الحب ليشبع رغبة الجنس عنده، أما الفتاة فتبحث عن الجنس لأنها تريد الحب أولاً. ولهذا فلابد منه مراعاة هذه الفروق حين يتعامل الجنسين.

سؤال وجواب

كيف يمكن للإنسان الغير متروج توجيه طاقته الجنسية فى مجالات سليمة؟

(الرد للدكتورة ايريس نسيم الاخصائية النفسية.)

الإبن المبارك..

أود أن أذكرك بأن الكيان الإنسانى يتميز بتداخل عناصره وأن الانسان يواجه الحياة ككل متكامل.. والميل نحو الجنس الأخر، وكذا الطاقة المصاحبة له لا يقتصر دورها على التلاقى الجنسى- بل تلعب دوراً هاماً فى تفاعلات الفرد فى مختلف مواقف الحياة ويؤثر موقفه منها على جوانب شخصية.

فداخل الحياة الزوجية: يلعب الدافع الجنسي دوراً هاماً فى تدعيم الروابط بين الزوجين.. أما فى الفترة بين ظهور الدافع الجنسى فى أوائل المراهقة وبين إشباعه بصورة مقدسة ومشروعه فى حياة الزيجة فإن الدافع الجنسى يكسب الشباب طاقة وحماساً وحمية يمكن الانتفاع بها فى كثير من الأنشطة، وعلى العكس فإن الاشباعات الجنسية المبكرة تنتقص من حيوية الشباب دافعيته.

ومن أمثلة الأنشطة التى يستثمر فيها الشباب فى طاقاته فى تلك الفترة:

أولاً: التدريب على ضبط المشاعر الجنسية بحيث لا يستجيب بصورة تلقائية لكل إثارة بل يخضعها للتوجيه الإرادى. وذلك هام لحياة الفرد الروحية ولاتزانه العاطفى، وكذلك للنجاح فى حياة الزيجة مستقبلاً حيث يضع كل شريك فى شريكه موضوع حبه وموضوع اشتياقاته الجنسية وتربط به علاقة وحدة كيانية..

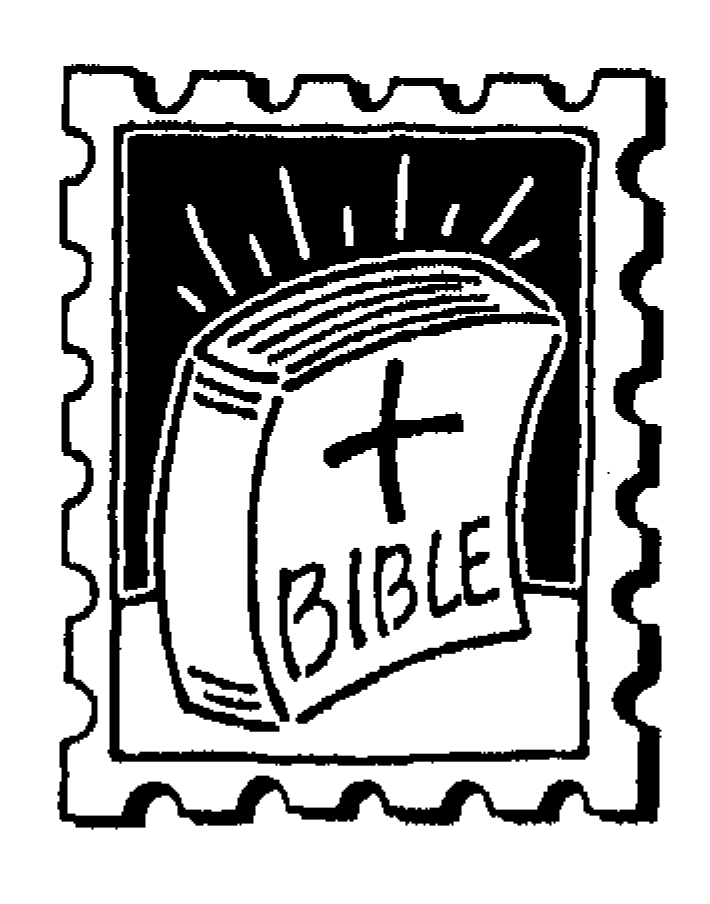
ثانياً: فرصة للنمو الجسمى عن طريق ممارسة الألعاب الجماعية والدخول فى المسابقات مما يستهلك الطاقة، ويبنى القوى العضلية ويدرب الفرد على التوافق الحسى العضلى..

ثالثاً: فرصة لتوسيع المدارك والاطلاع على مختلف جوانب ثقافة العصر- الواقع أن حب الاستطلاع الذى يميز مرحلتى المراهقة والشباب يمكن توجيهه لتكوين وبناء الإنسان بقراءة الكتب العلمية والأدبية والتاريخية، وكذلك مزيد من فهم الذات بالاطلاع على الدراسات النفسية، ومتابعة الفكر الإنسانى بالاطلاع على بعض الكتب الفلسفية وما ورد فيها من أراء..

رابعاً: فرصة للنمو الاجتماعى والخروج من نطاق الانغلاق على الذات بالدخول فى علاقات ايجابية مع أفراد المجتمع والاسهام فى أنشطته ومؤسساته وزيارة معالمه.. فيصبح للفرد علاقة صداقة وحب ليس فقط للزملاء بل أيضا للأماكن.

خامساً: فرصة للبناء الروحى للإنسان: ليوجه عواطفه نحو حب الله ويبذل الجهد ليقدس ذاته.. مستعيناً بوسائط النعمة ومسترشداً بسير القديسين.

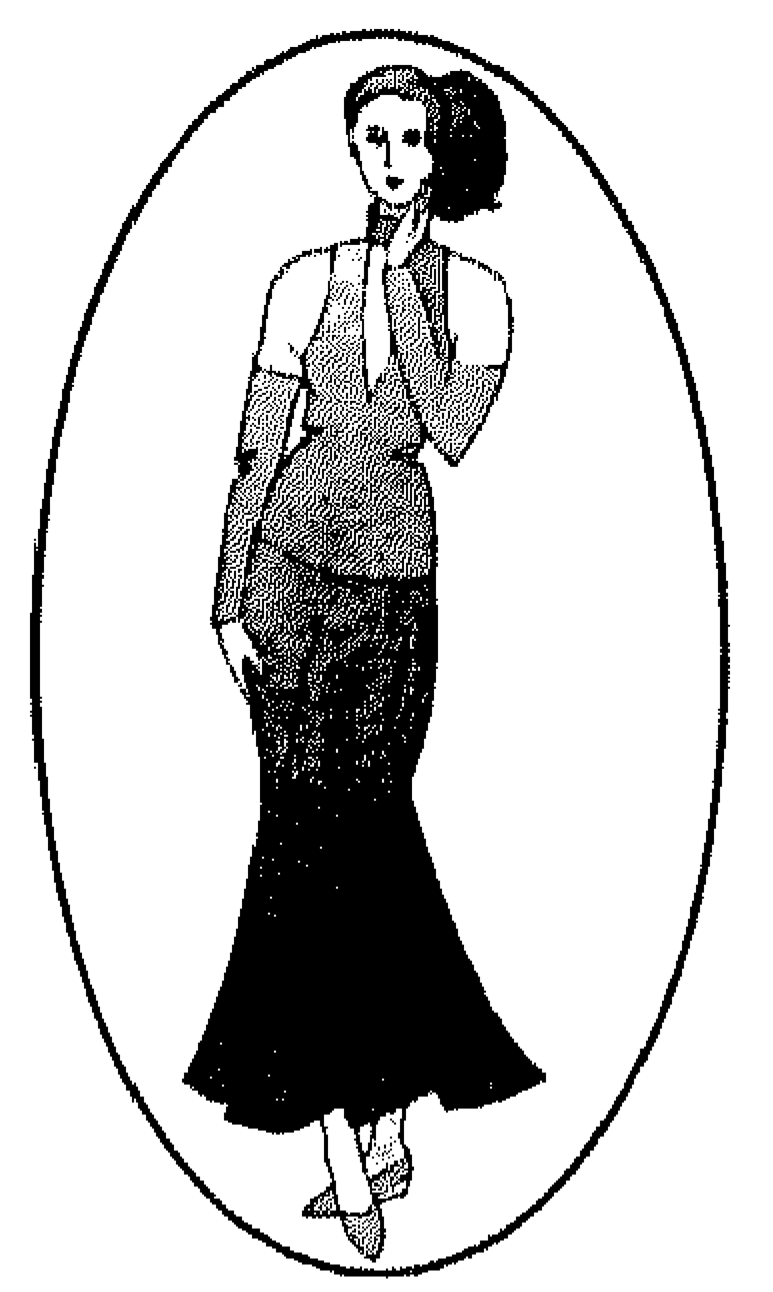
وهكذا يكون تأجل إشباع الدافع الجنسى، ووجود الجهد الإيجابى لرعايته وتعهده وضبطه إثراء لباقى جوانب الشخصية الإنسانية..




الطهارة ممكنة



فارس الأحلام



قصة :-

كانت كارولين طالبة بالصف الثالث الثانوى، وكانت تعرف شابا يدعى «باسم» كان أيضا فى نفس السنة الدراسية، وكان يعمل عملاً يدر عليه دخلاً يمكنه من تسديد مصروفاته المدرسية حيث كان والديه شبه فقرين.

أما كارولين فقد كانت تعيش فى أسرة تكسب كسبا جيدا لازم باسم كارولين، وتوطدت بينهما الصداقة فى بداية هذه السنة. وكانت كارولين تستمع بمرافقة باسم بسبب رقة طبعه واهتمامه بها، وتطورت صداقتهما لدرجة أنهما بدءا يتحدثات معاً صراحة حول خططهما للمستقبل.. فهما لم يرتبطا أبداً عن طريق الخطوبة، لأنهما غير مستعدين للإقدام على خطوة كبيرة كالزواج..!

وفكر باسم أنه لابد عليهما من تأخير زواجهما إلى أن يستقر دخلهما لتمكينهما من أن يعيشا حياة كريمة محترمة..!

ونتيجة لهذا الارتباط المبكر.. انخفض مستواهما الدراسى على الرغم من أن كارولين كانت تلميذة مجتهدة من الأوائل، لكن بسبب اشغالها بالحب فقدت الرغبة فى التحصيل المدرسى، صحيح أنها مازالت تعترف بأهمية الثقافة والتعليم، ولكن التعليم لم يعد ملذاً لها كذهابها مع باسم فى نزهة..!

وجاء وقت التخرج.. وشغل باسم وظيفة تحتاج إلى غياب كامل بعيداً عن البيت، ولذلك لم يتمكن من مشاهدة كارولين إلا فى عطلة الأسبوع وأصبح

باسم يكسب نقوداً أكثر من السابق، ولكنه كان يقتصد جداً فى نفقاته ليتمكن من الانفاق على نفسه فى سنوات الكلية المقبلة، كان ذلك صدمة لكارولين حيث بدأ باسم يتحدث عن عمله الجديد وعن ضعف موارده المالية.. فلاحظت كارولين التعارض بين خططه لمتابعة دراساته العليا ورغبته فى الارتباط بها؟ على الرغم من أنها كانت تخطط فى السباق للذهاب إلى الكلية. فى الوقت نفسه كان باسم يعيد تقييم أفكاره فهو يحب كارولين لكن لابد أن تتوافر له كل الظروف والإمكانيات حتى يستطيع أن يبدأ حياة جديدة، لقد أدرك أن الحب وحده لا يكفى!

وتقابل باسم ذات يوم مع كارولين فتحدثت معه عن عدم صبرها حتى ينتهى من دراسة الجامعة!

ولاحظ باسم أن كارولين ليست متعاطفة معه فى خططه للحصول على دراسة جامعية..! ولم تكن صدمة كارولين بأقل من صدمة باسم، فهو متمسك بآرائه وعناده ف جعل خطط الدراسة تتقدم على خطط الزواج فكارولين تعتقد أنه يفكر فى الدراسة أكثر مما يفكر فيها..!

ومن هنا نشأ الاختلاف. وحدث الفراق بينهما ولكن بعد مدة من الزمن استطاع كل منهما تخطى آزمته.

والتحقت كارولين بالكلية بعد أن لاحظت مسئوليتها الشخصية تجاه المشاركة فى الإعداد للمستقبل.

وكانت كارولين متفوقة فى دراستها. ثم أنها أحبت شاباً هو زميل لها فى الكلية وكانا يعدا أنفسهما للمستقبل القريب بنوع من التروى والصبر.

(أطلب تعليقات الشباب على هذه القصة) فى ٥ دقائق..

تعليق

فى سنى المراهقة قد تقع الفتاة فى حب قوى جارف مع شاب.. فتعقد أن هذا هو حبها الحقيقى، وأن هذا الشاب يتفوق كثيراً على سواه..!

وتقول الفتاة «عثرت أخيراً على فارس الأحلام»، هذه مقولة مضللة لا يعتمد عليها فى كثير من الأحيان، وذلك كما اكتشفت كارولين أن باسم ليس هو الشخص الأنسب لها. لذلك فمن الأفضل للفتاة ألا تسلم قياد حياتها لغير الله.. بل فلتحافظ على توازنها وتعقلها، وستعلم أن الزمن هو الحكم الوحيد الذى يستطيع فرز الصداقة الحقيقية من الزائفة..!

فيجب عليك ألا تتسرعى فى صداقتك مع الآخرين.. الحذر ثم الحذر حتى لا تصابين بخيبة الأمل!!

مقدمة : الصداقة بين الجنسين:

الصداقة .. هى علاقة وثيقة بين شخصين، تجمع بينهما اتجاهات فكرية مشتركة، ويسود بينهما التفاهم والثقة المتبادلة، والانفتاح كل على الآخر بلا تزييف.

وما ينطبق على الصداقة بين شخصين من نفس الجنس ينطبق أيضاً على التعامل بين الجنسين، حيث نجد الشاب والفتاة زميلين فى الدراسة والعمل، ونجدهما صديقين يثق كل منهما فى الآخر، ولكن لا يشترط أن تقوم بينهما علاقة عاطفية غير هادفة، مادام كل منهما شخصاً ناضجاً له هدف واضح فى الحياة.

س: ماذا يميز الصداقة بين الجنسين:

١- وجود الميل الجنسى..

هناك ميل طبيعى عند كل من الرجل والمرأة يجذب كلاً منهما إلى الآخر، ولهذا الميل هدفان:

أ- هدف عام هو تحقيق التقارب بين نوعى الجنس البشرى، وهذا التقارب يساهم فى النمو النفسى والنضج الاجتماعى عند الفتى والفتاة، حيث يشعر كل منهما بنوع من التكامل.

ب- هدف خاص للميل الطبيعى نحو الجنس الآخر: هو الزواج.

ومن هنا نقول:

إن الصداقة بين الجنسين تختلف عن الصداقة مع نفس الجنس.

إن الميل نحو الجنس الآخر يسير فى اتجاه سليم، طالما ظلت العلاقة بين الشباب والفتيات بعيدة عن الخصوصيات.

٢- دور أكبر للعاطفة..

الميل الجنسى مرتبط ارتباطاً وثيقاً بالعاطفة، فهو يجعل العاطفة بين الجنسين أكثر نشاطاً واندفاعاً من العاطفة المتجهة نحو نفس الجنس.

إن الصداقة بين الشاب والفتاة معرضة، أكثر من غيرها، أن تتطور إلى اهتمام متزايد وتعلق خاص، اعتاد الشباب أن يسموه «الحب»، وهو فى الواقع مجموعة من المشاعر والانفعالات التى لم تنضج بعد.

٣- قدر أكبر من التحفظ

لا تستطيع الفتاة أن تصارح الشاب فى كل تفاصيل الأمور، بمقدار ما

تصارح صديقتها الفتاة، لأنها تشعر بأن هناك أموراً لا يقدر الشاب أن يتفهمها.. والعكس صحيح..

ولذلك فإن الصداقة بين الجنسين فيها قدر من التحفظ..

٤- سهولة التعلق الخاص..

مادام التعامل بين الجنسين يتميز بوجود التجاذب الجنسى الطبيعى، فذلك يجعل الصداقة بين الجنسين معرضة أن تدخل مرحلة حرجة، وذلك لاحتمال تطورها بسهولة إلى تعلق خاص أو «حب رومانسى».

أولاً: خصائص التعامل السليم بين الجنسين

قد يبدأ أول تعارف بين الشاب والفتاة فى إطار جماعى، إذ يتعارفان من خلال زيارة عائلية أو رحلة كنسية..

ولكى يحقق التعامل بين الجنسين فائدته فإنه يجب أن يبدأ جماعياً ويستمر جماعياً.. وهذا شرط هام أساسى، ألا تتحول العلاقة الجماعية إلى علاقة خاصة بين شاب وفتاة يخرجان عن الجماعة، فيجب أن يكون التعامل بين الجنسين تعاملاً سليماً.

والتعامل السليم له خصائص وهى:

١- تعامل جماعى:

الشاب أو الفتاة فى وسط الجماعة يمكن أن يتعرف على زملائه دون الانحصار نحو شخص معين.. لذلك يجب أن تكون الصداقة متساوية مع الكل، وأن يتعامل الفرد مع الجميع على مستوى واحد قدر الإمكان. وأنه من أهم ضمانات التعامل السوى بين الجنسين أن يكون الشاب أو الفتاة قد أتخذ اتجاهاً روحياً واضحاً فى حياته، أى أن تكون له علاقة شخصية بالله وبالكنيسة.

٢- تعامل وقور:

ينبغى أن يقوم التعامل على الاحترام المتبادل لشخص «الآخر»، وهذا يلزم الشبان والفتيات بالسلوك بوقار خاص.. فلا يكون الشاب كثير الهزل.. ولا تحاول الفتاة أن تلفت النظر بملابسها وأسلوب حديثها. كل هذه السلوكيات السليمة تحول الصداقة السليمة إلى علاقات غير ناضجة.. تفسد حياة الشباب وتضعف روحياتهم.

٣- تعامل فى حدود:

إن إسلوب التعامل بين الجنسين يحتم أن تكون هناك التحفظات الأخلاقية والروحية.. ولا يتحدثا فى الأمور الشخصية، حتى لا تفسد العلاقة.

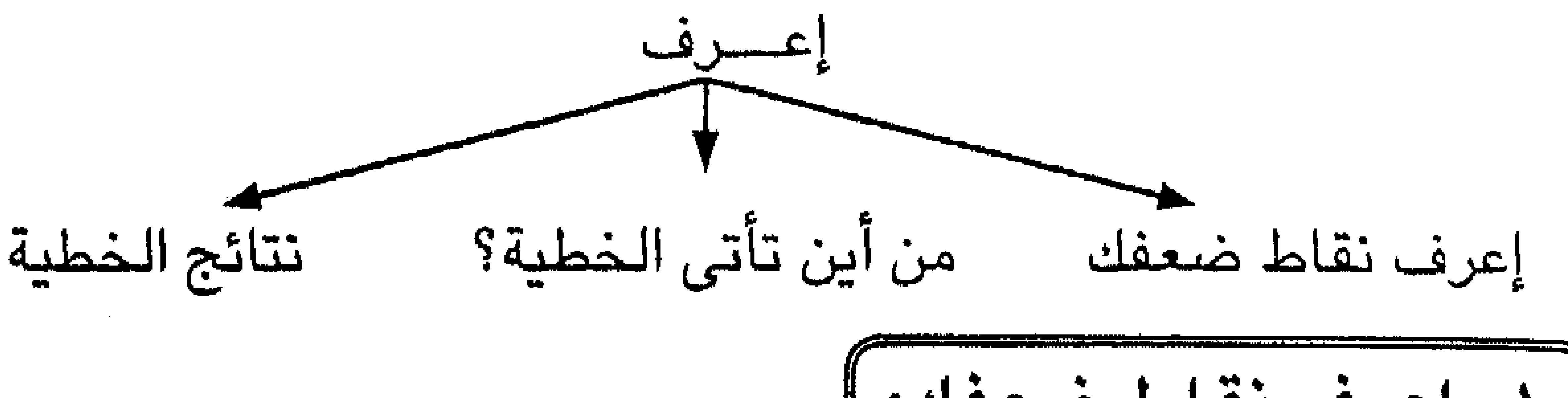
٤- تعامل يراعى التقاليد الاجتماعية:

يجب أن يكون التعامل فى حدود تناسب التقاليد الاجتماعية والروحية التى نشأنا فيها.. بشرط ألا ينحرف تطبيق هذه التقاليد نحو التزمت والانغلاق، ولا ينحرف نحو الإباحية والانفلات.

٥- تعامل هادف:

لا يجب أن يكون الاختلاط هدفاً فى حد ذاته، بل يكون هناك نشاط يجمع الجنسين تحت إشراف أسرى أو روحى لتحقيق غاية محددة، فى برنامج جاد أو ترفيهى، ولكن لا تكون مقابل الجنس الآخر هى الدافع الأول لهذا النشاط.

ثانياً: إعرف الطريق السليم



١- اعرف نقاط ضعفك:

إن الرغبة التى بداخلنا إذا اتصلت بالمثيرات التى من خارج فإنها تشبه السالب والموجب فى الكهرباء، والشيطان هو الكهربائى الماهر الذى يوصل الأثنين معاً!

ولعل الهروب من مثل هذه المواقف أفضل بكثير من محاولة الصمود، تذكر ما فعله (يوسف) فبنى نفسه بنفسه.

قد تكون حساساً بصورة خاصة عند رؤية الجمال الجسدى، أو قد تكونى محتاجة أكثر من غيرك لكلمات المديح الرقيقة، وقد تعجب بفتاة غير جميلة لكنك بجد فيها جاذبية لا تقاوم بسبب شخصيتها الاجتماعية أو لباقتها أو أنوثتها، وقد تنبهرين بشاب لأنه يمثل بالنسبة لك مثلاً أعلى، وربما يكون شاباً متديناً أو شماساً فى الكنيسة ولكنك تشعرين بميل خاص نحوه، فإترك مسافة بينك وبين الشخص الذى تضعف أمامه.

أما باقى الشباب (والشابات) فيمكن للشخص التعامل معهم كإخوة.

المهم أن تعرف مع من أنت ضعيف ..
وأمام أى إغراء أنت تميل للسقوط ..

قصة

كانت هناك سيدة مسنة، لديها قطة ماهرة، وقد علمتها السيدة أن تمسك بشمعة مضيئة وقت العشاء لترحب بالضيوف، وفى يوم من الأيام أرادت السيدة أن تظهر مواهب قطتها، فدعت جارتها على العشاء، وقامت القطة باستقبالهم، وتم تقديم العشاء على ضوء الشموع وأتت القطة بشمعة وأمسكت بها موقدة، أرادت بعض السيدات أن تختبر مدى قدرة القطة على مقاومة الإغراء، فأتت بسمكة وقربتها من أنفها فلم تتحرك، وأتت سيدة أخرى بقطعة شهية من طبق اللحم، ولكن القطة لم تتحرك، وهنا كانت سيدة ثالثة من الجيران قد احتفظت بفأر فى مصيدتها، فذهبت وأحضرته، وفى الحال أسقطت القطة شمعتها، وشعرت المضيفة بالخجل أمام الجيران. لقد كان الفأر هو نقطة ضعف القطة! فاحذر نقاط ضعفك واهرب منها..

٢- اعرف كيف تأتى التجارب:

كان النسر يحلق سعيداً فى الفضاء فرأى من بعيد شيئاً صغيراً يتحرك، فنزل قليلاً ليرى، فوجد لدهشته قطة تبيع شيئاً على عربة صغيرة، وهى تنادى قائلة:

«ديدان طازجة للبيع .. ديدان طازجة للبيع ..»

شعر النسر أن منظر الديدان يجعل لعابه يسيل، فنزل وسأل القطة بكم تبيعين الديدان؟ فقالت بمكر ٣ ديدان بريشة، فأعطاها النسر من جناحه والتهم الديدان الثلاث، وهم بالطيران، ولكنه وجد أن طعمها مغرى جداً فطلب ٣ ديدان أخرى مقابل ريشةثانية قائلا: حقا إنها جميلة جداً، وإنى اعطى حياتى مقابل وجبة أخيرة. وهنا اشترى النسر ٣ ديدان أخرى، ولكنه شعر بأن معدته قد ثقلت، ولما هم بالطيران وجد أنه يفقد توازنه وخاصة لضعف جناحيه. فانقضت القطة بنهم على فريستها ونالت وجبة رائعة!

إن التجارب تأتينا عن طريق اللذة، بالسمع أو الرؤيا أو الفكر أو اللمس، وهى تقرع بابك كضيف ولكنها تدخل منزلك كسيد.

٣- اعرف نتائج الخطية:

ذهب شابان فى نزهة بالدراجة، وكان أحدهما لا يزال يتعلم قيادة الدراجات، وعند عودتهما مرا بشوارع المدينة المزدحمة. وبينما كان حديث التعلم يعبر الطريق صرخ صديقه: «دوس على الفرامل» ... فرامل ..!!

وبالفعل داس الصديق على الفرامل ولكن بعد فوات الأوان، فقد كان هناك موتوسيكلاً يعبر بسرعة تفوق قدرته على التحكم، وانتهى الأمر للأسف بأن داس على الدراجة وراكبها وسبب له كسراً فى ساقه ويده.

إنه ينبغى أن نسير فى الحياة ونحن واضعين أحد أقدامنا على الفرامل.

يجب أن تعرف متى تقول لا .. متى توقف شهوتك .. أو رغباتك كيف تتجنب الانزلاق..

إذا عرفت نتائج الخطية، وكم أنه يصعب العودة بعد الاندفاع أو الاستمرار فى الخطأ، فإنك سوف تزداد اقتناعاً بأن الوقاية أفضل من العلاج... المهم أن تضغط على الفرامل قبل وليس بعد حدوث الخطأ.

ثالثاً: خطأ أم جريمة

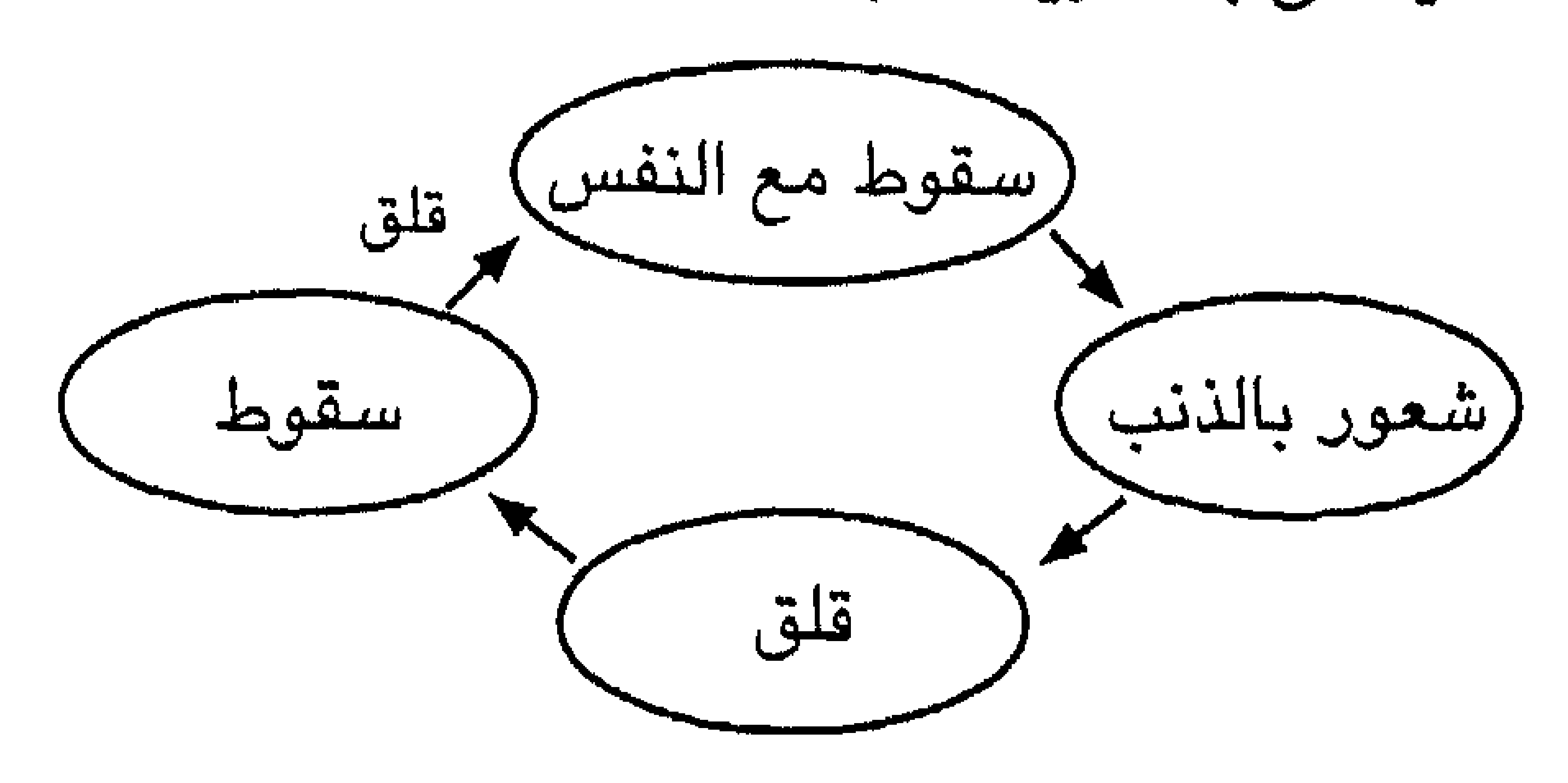
الممارسة الذاتية (العادة السرية)

الممارسة مع النفس خطأ لعدة أسباب:

١- إنها إتجاه نحو الذات وليست اتجاه نحو الآخر، فرغم أن خيال الإنسان يكون متصوراً أنه يمارس مع شخص آخر، ولكنه فى الواقع يقع أكثر وأكثر فى سجن ذاته، وقد تصيب الإنسان بالانطواء.

٢- ضياع طاقة الإنسان التى يبذل الجسم جهداً فيها. وهى استهلاك للمشاعر العاطفية التى يمكن توجيهها نحو الله أو الآخرين، أو حفظها لزواج المستقبل.

٣- تصاحبها مشاعر الشهوة، التى تسب الشعور بالذنب والابتعاد عن الله، وحدوث ما يسمى بالدائرية المفرغة:



والمعروف عن العادة السرية أو الممارسة الذاتية أنها مرتبطة بالقلق والتوتر والانطواء، كما أنها مرتبطة بالنظر الشرير أو أحلام اليقظة والتصورات الخاطئة فيجب أن تتجنبها بقدر الإمكان. ويجب أن تتجنب كذلك الشعور باليأس والإحباط والفشل الذى يحدث بعدها. لا تقل إن لن أصلح كإنسان روحى طاهر، أو إنى نجس، فأنت ابن لله، فقم وقدم توبة وإسرع بالعودة ولا تقع فى فخ الهزيمة.

أفكار خاطئة مرتبطة بالعادة السرية:

يقول البعض خطأ أنها تسيب الجنون، ولعل فى هذا خلط مع مرض أخر وهو الدرجة الثالثة من الزهرى، وهو مرض تناسلى ينشأ من المعاشرة مع الآخر وليس مع النفس.

- ذهب البعض (خطأ) إلى أنها تفقد الذاكرة، أو القدرة على الزواج وهذا لا يحدث علمياً وعملياً.

- يقول البعض إنه كأنك تفقد ما يعادل كمية من الدم فى كل مرة تفرغ شهوتك! والواقع أن كثرة الممارسة المفرطة هى التى تضعف الجسم.

- إعلم أن الاستحلام أو خروج سائل من الجسم أثناء النوم بدون، أحلام شريرة، لا يعتبر خطية.

- يعتبر البعض هذه الممارسة جرم يمنع الإنسان من الاتصال بالله أو الصلاة، ويعتبرونها لا تقل عن الزنى فى بشاعتها. والواقع أن كل خطأ هو خطية ولكن الزنى خطأ موجه ضد النفس والآخر أيضاً وفيه عثرة أكبر، وإمكانية التوبة والرجوع بعد السقوط مع النفس أكبر، بسبب مراحم الرب وطول أناته. وأخطر ما يحدث بالنسبة للشباب هو اليأس وأفكار عدم الإيمان فيتردد الشباب أو «مفيش فايدة».

«لقد تبت قبل ذلك ولكن يبدو أنى لن أنفع» «الأفضل أن أترك طريق ربنا».. الخ

كيف أتوقف عن الخطأ

إن العادة الشبابية منتشرة. حوالى ٩٠٪ من الشباب و ٤٢٪ من الشابات قد مارسوها ولو مرة واحدة. ولكن الذين تابوا عنها وأبطلوها كذلك عدد كبير. والمهم أن تستمر فى التوبة وفى النمو الروحى ومقاومة الشهوات، ولاتجعل السقوط يوقفك عن التقدم الروحى أو السير مع الله.

وهناك فرق بين شخص يمارس العادة ٥ مرات فى السنة، وشخص آخر يمارسها ٥ مرات فى اليوم! .. الأول ضعيف يحتاج إلى قوة روحية وتوبة حقيقية، والثانى متوتر أو شهوانى ومهلك لجسده ونفسه.

هناك شاب (أو فتاة) يمارس الإثارة الذاتية بسبب القلق، فيسقط فيها قبل الامتحانات ليحصل على قدر من النوم، وهذا يحدث بسبب التوتر وليس الشهوة الجنسية، والأفضل له أن يمارس الاسترخاء أو الصلاة بدلاً من اللذة التى تعطيه شعوراً أكبر بالذنب ومزيداً من القلق.

ولكن الشاب أو الفتاة الذى يحيا فى التوبة ويمارس وسائط النعمة ويجاهد لا يجب أن يعتبر أن الأمل مفقود، إن الجندى إذا جرح فى المعركة وذهب للعلاج لا يعتبر خائنْ بل مجاهد.

خاتمة: الحل يقع يديك ..

أضبط حواسك ..

فإن كانت عينيك شريرة فلابد من أنك سوف تسقط فى شهوة الجسد، وكلما قل النظر قلت الإفرازات.

وما يقال عن البصر يقال أيضاً على السمع واللمس ..

لا تترك نفسك للفراغ ..

بل قسم وقتك بين الصلاة والدراسة والهوايات، لا تذهب للسرير إلا للنوم فقط، استخدم طاقتك فى أشياء مفيدة ..

قو إرادتك ..

قام أحد الاطباء النفسيين بتدريب شاب على تقوية الإرادة بأن طلب منه أن يقول (لا) لأشياء يحبها، فيترك فيلماً تليفزيونياً أو مسلسلاً أو مباراة ساخنة فى وسطها ويقوم، أو يترك طعاماً شهياً بإرادته ويقوم من أمام السفرة .. وحين فعل الشاب ذلك طلب منه الطبيب أن يقول (لا) إذا أتته الشهوة، ويترك المكان فى الحال .. وبالفعل استطاع الشاب أن يهزم شهوته..

تحلى بروح الرجاء ..

وعدم اليأس، وردد فى صلاتك .. لا تشمتى بى يا عدوتى فإنى إن سقطت أقوم

روح الله يقدسك ..

+ إن التناول من جسد الرب ودمه يقدس أجسادنا وأفكارنا وأرواحنا.

+ والتناول يسبقه اعتراف بأخطائنا، وعزم على عدم العودة للخطيئة.

+ والاعتراف تسبقه التوبة وقرار بعدم الاستغراق فى الشهوة،

فإذا حدث وسقطت فقل لنفسك:

خير لنا أن نموت فى الجهاد من أن نعيش فى السقوط.

استعلن بالله، من جسده ودمه، اقترب إليه أكثر وأكثر .. لا يحتاج الأصحاء إلى طبيب بل المرضى .. كلما كانت حالة المريض الجسدى أسوأ كلما بذل الاطباء جهداً كبيراً لانقاذه، فحاول مرة ومرات، وكلما فشلت زد من عزمك ولا تتراجع عن توبتك، ولا تغلق على نفسك باب خلاصك الأبدى .. بل ارتمى فى الأحضان الأبوية ..

وقل له يارب إلى من أذهب، فإن الحياة الأبدية هى عندك ..

آمن بالفداء والغفران .. إن دم يسوع المسيح يطهرنا من كل خطية فنجاستنا لن تدير وجه الله عنا، بل سوف تقربه منا أكثر وأكثر .. إن دمه قادر على شفائنا:

قلوبنا وضمائرنا وأجسادنا فتمسك بحقك فى الغفران ..

سأقتفى هذه الآثار:

● آثار خطوات الشيطان (الإرتداد إلى الخلف):

١- (الخيبة، الفراغ، فقدان السعادة)

٢- (الفشل، إحباط، إنفصال وكآبه)

* آثار خطوات التقدم إلى الأمام):

١- (غلبه وجنى ثمار - طهار وشركه)

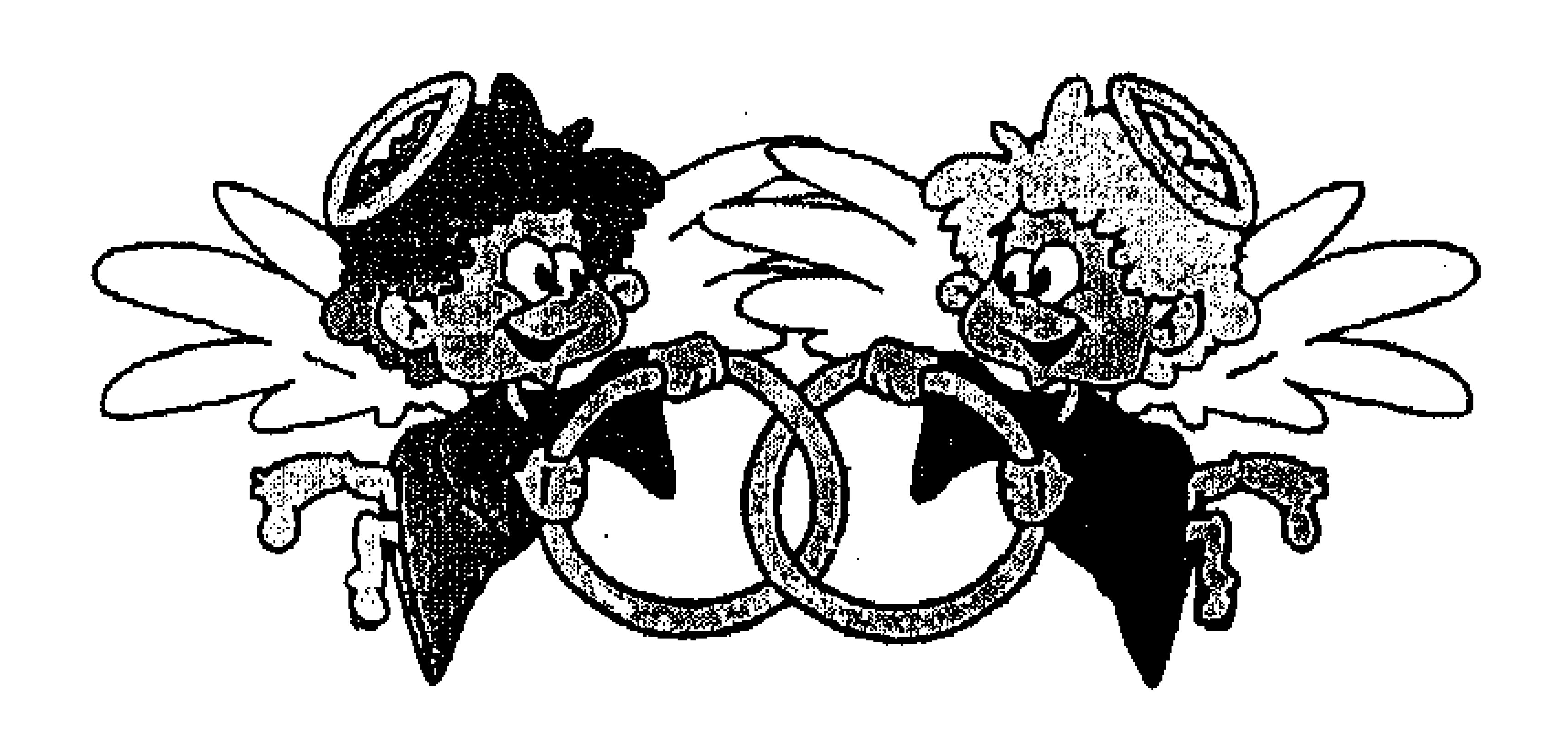
٢- (صداقه - سلام وفرح)

قل لنفسك:

- لا لليأس (قم إنهض - خذ أول خطوه - صحح مسارك)

- إعترف (قر بخطابك .. وثق فى غفران الله لك)

- أترك (دع طريق الشيطان وعد إلى طريق الله وسر بالطاعة وتمنطق بالروح القدس).



أبى

أنت الفجر الذى يولد داخلنا.

والأمل الذى يراود مخيلتنا.

الرجاء الذى يداعب خواطرنا.

الحضن الذى يضم مشاعرنا.

الحب الذى ينطلق من افئدتنا.

القوة التى تعمل فى أعضائنا.

النور الذى يغمر عقولنا.

الدم الذى يطهر أعماقنا،

اليد التى تفدى من الحفرة حياتنا،

الدواء الذى يشفى خطايانا،

الصوت الذى يرشد ضمائرنا،

الطهارة والتى نحلم بها،

والنعمة التى تجعلنا نحققها.





تمهيد :

لماذا خلق الله الرغبة الجنسية ؟

بعكس ما ينظر الناس إلى الجنس انه نجاسة وشهوة، فإن الله قد خلقه نقياً، طاهراً.

كان آدم وحواء كلاهما عريانين ولا يشعران بالخجل، وكانت الرغبة بينهما مقدسة وطاهرة.

إن أعباء الحياة العائلية وصعوبة تربية الأولاد ونفقات المعيشة قد تبعد الشاب أو الفتاة عن التزاوج، ولذلك فقد خلق الله الرغبة القوية التى تدفعهما إلى إنشاء النسل وإلا هلك الجنس البشرى كله. وليس الجنس مخلوق فقط للإنجاب، ولكنه أيضا تعبيرا جسديا راقيا عن الحب والألفة والمعاشرة بالمعروف فى السراء والضراء، الأوقات الحلوة والمرة.

«ليس حنان أن يكون آدم وحده خلق له معينا نظره».

يحكى أن (محمد على) باشا سمع عن (إبراهيم الجوهرى) وزيره بأن زوجته قد مرضت بالشلل، فأرسل له جوارى جميلات للمتعة. فشكر الوزير الوالى على هديته وأعادها له قائلا أن ديننا يحث على أن يكون للشخص زوجة واحدة لتكون أليفته سواء كان هناك علاقة جسدية أو لا.

لقد خلق الإنسان ليحب ويستقبل الحب.

ومن فيض الحب يشبع الأبناء وكل المخلوقات.

ولكنه يحدث أسوأ شئ حين يتدنس الأفضل

مقدمة :

الحب الجنسى بين الزوجين يشبه وردة جميلة، فإذا قطفت وفركت بيت الأصابع، أو استعملت استعمالا خاطئا فإن هذا تشويه.

وتستطيع أن تجد النظرة الطاهرة للجنس واضحة حين تنظر إلى أم تحتضن طفلها أو لخطبين مهذبين يسيران فى ألفة، كأنهما عصفوران يغريدان، أو رأيت عروساً ومتى ارتدت ملابس الزفاف البيضاء وبدأ والدها فى تسليمها ليد عريسها فى احتفال كنسى مهيب وكأنهم ملكان متوجان مثل الحمام، وأن ذكر الحمام لا يجرؤ على دخول عش غريب لانه يعرف الوليف أو الأنثى الخاصة به من بين عشرات الإناث، فإن ماتت يبقى وحيدا، لأن الجنس عنده مقدس، إنه التزام وعهد مقدس طاهر.

أولا : مفاهيم صحيحة بقضية الطهارة

قارن بين مفهوم الطهارة التى خلق عليها الله الزوجان وبين

- مفهوم الشهوة والإشباع الجسدى عند الخطاة فى الزنا.

- الزواج العرفى.

- الممارسة مع شخص لا أعرفه أو لا أحبه.

- الخيانة الزوجية.

- بيع الجسد لكسب المال.

- الشذوذ أو الممارسة مع الأطفال.

- البحث النهم عن مصادر الإثارة من صور وقصص وخيالات.

- الملابس المثيرة.

- النكات الجنسية أو السباب أو أحاديث الإثارة.

- أحلام اليقظة لمواقف غير حقيقية.

كل هذا لا يمجد الله.

وعلى النقيض من هذا فإن البعض ينظر للجنس نظرة خاطئة على أنه نجاسة لا تليق بالمسيحية فيكبت مشاعره تماما، والكبت يولد انفجار أو ملتجأ إلى نوع من النسك الكاذب ويتخيل إن الطهارة معناها العزوبية أو عدم الزواج أو الرهبنة.

فى حين أن الراهب أو الراهبة شخص لا يحتقر الزواج أو يمتنع عنه لأنه شر، بل من اجل الفرح للخير الأعظم كالعبادة أو خدمة الأسرة البشرية بدلا من الأبوة الجسدية فقط.

حلول لمشكلة الطهارة

احتفظ بعبادتك علية : لا تريد تجربة السم لتعرف آثاره، و لا أن تضع

يدك فى النار لترى هل تحرقك أم لا ؟ إن الشخص الكامل يتعلم من خطأه ولكن الشخص الأكثر حكمة يتعلم من أخطاء الآخرين كما يقولون. وما القوانين الأخلاقية إلا تجارب الناس وقد وضعت فى شكل يحررك دون أن يحدك أو يخنقك. فإن سرت فى غابة أو مدينة لم تذهب إليها قط فإنك تحتاج إلى مرشد، إلى علامات تدل على المسيرة، وتتبع السفن النور الذى يهديها من المنار، وهكذا فمبادئنا هى خريطة السير وقوانين السلوك.

تحكم فى ذاتك :

يقولون «لكى تحافظ على الحرية يجب أن تحد من الحرية». إن الحرية المطلقة مجرد وهم، يمكن أن نسميها إباحية أو استهتار. المجتمع الحر يقول أن هذا حب! إن الحرية الجنسية معناها الاستغراق فى الشهوة، ولكن ضبط النفس هام لأن العقل مع الإيمان يمكننا من التحكم فى الدوافع، ولكن المهم هو عدم ترك الشهوة بلا ضابط يسير المياه للأمام إن كان لها شاطئان يمنعاها من الركود.

لا شك أن لك دوافع جنسية، ولكنك تقول لها لا يسوعى وإرادة من أجل تنمية اهتمامات وقيم والتزامات أخرى كالنجاح والعلم والنمو الشخصى والعبادة.

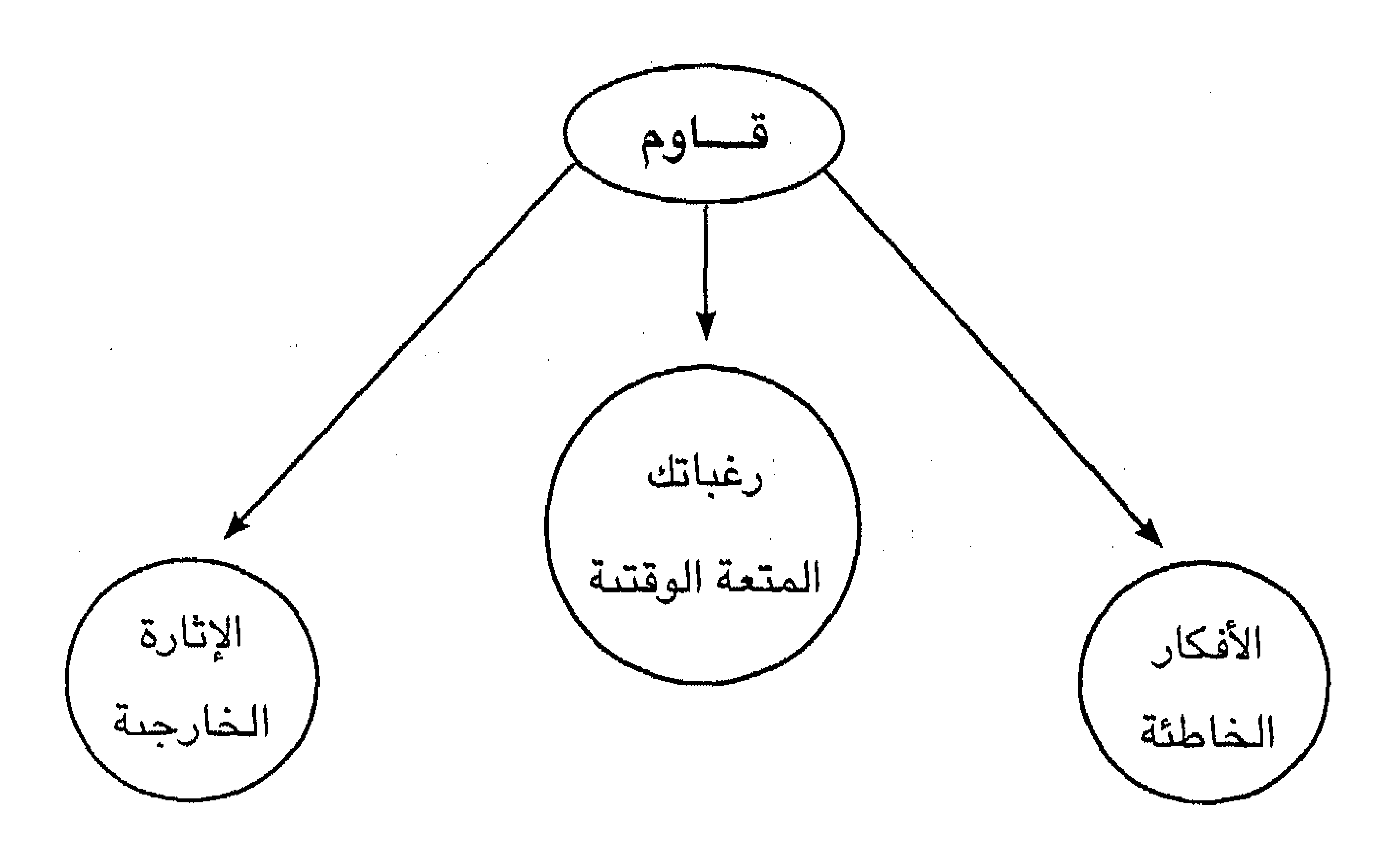
حول الطاقة (التسامى والإعلاء) :

ماذا أفعل بفائض الطاقة،يمكن توجيها للفن الرسم أو الموسيقى أو الرياضة أو الكشافة أو القراءة، أو الحياة الاجتماعية، أو الخدمة وإعداد الخدام.

النظرة الشاملة

تعامل مع أفراد الجنس الآخر كإنسان، وليس كذكر أو أنثي. إن التركيز على الجنس وحده أو على الجسد وحده يفقده جماله إن قمت بتمزيق الوردة إلى وريقات، فهل يمكنك أن تتأمل فى جمال ورقة واحدة ؟ عليك إذا أن تنظر للشخص ككل (صفاته - أخلاقه – ضعفه – قوته – جاذبيته) وليس فقط الشكل (جسده أو منظره الخارجى). إن عملية ضبط النفس والتسامى ينظران للجنس كعدو (جهاد سلبى) ولكن النظرة الشاملة تجعلك تنظر للجنس كصديق (جهاد إيجابى) كجزء من كل. فهو معبرك للنمو والحب والزواج بل والى الله.

معونة الله لحياة الطهارة



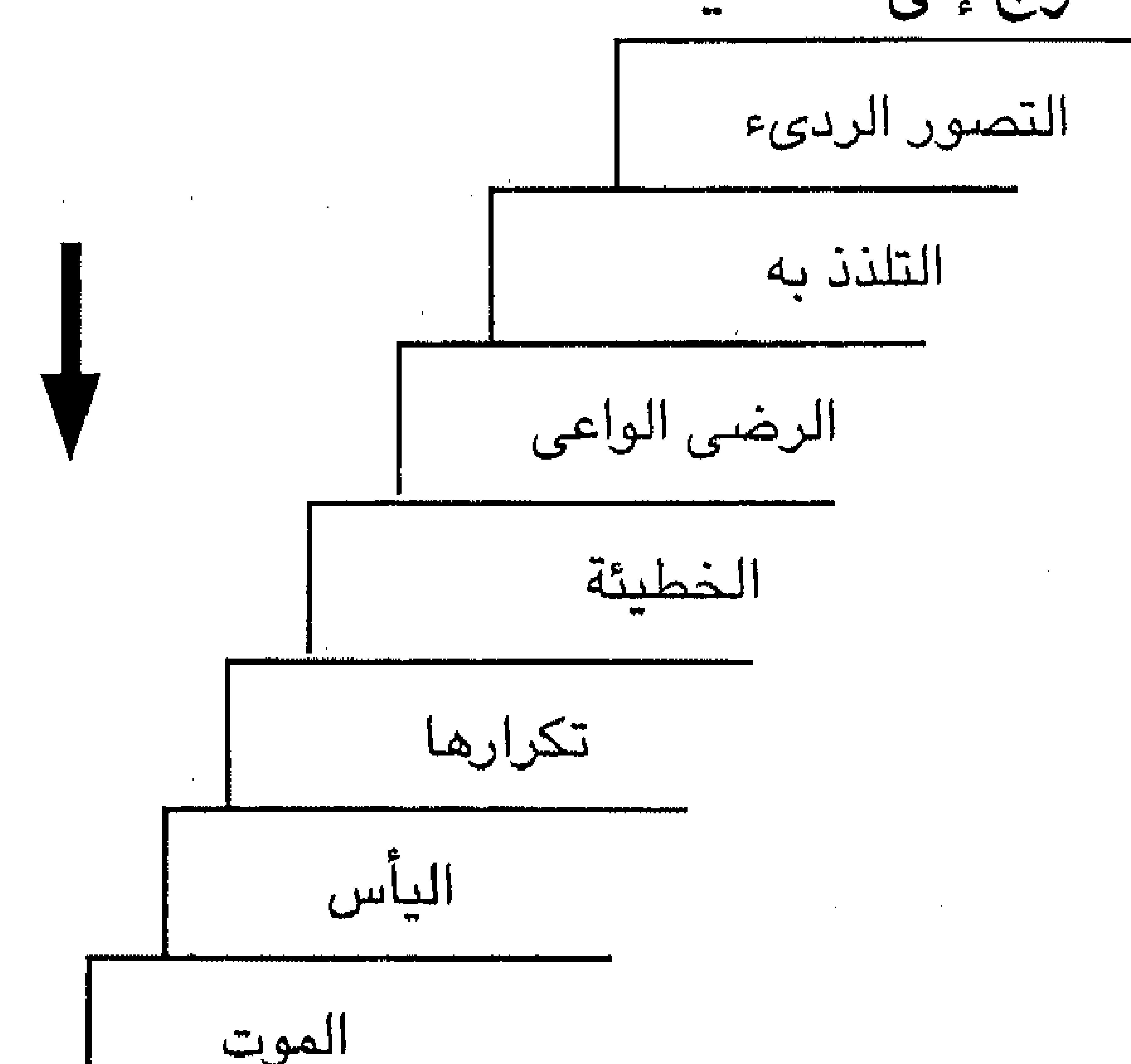
الأفكار الخاطئة

لقد كان السيد المسيح على حق حين أراد أن يقطع العمل الشرير منذ بدايته. فمن نظر إلى امرأة ليشتهيها فقد زنا بها فى قلبه. إن الطهارة المسيحية تحتاج إلى طهارة الذهن وقبلت دنس الجسد هناك دنس العقل.

يقول توما الكمبيسى:

«يأتى للعقل أولا فكر شرير عادى، ثم يعقبه تصور جامح، ثم لذة فستعود على الفكر الشرير، ثم موافقة على الخطأ.»

التدرج إلى الخطيئة



هناك قول «إننا لا نستطيع أن نمنع الطيور من أن تطير فى السماء ولكن علينا أن نمنعها من أن تضع عشها فوق رأسنا فإن أتاك الفكر الخاطئ فاطرده فورا قبل أن يتحول إلى رغبة جامحة. قاوم أحلام اليقظة فإنها تلهيك عن الواقع وتدخلك فى مجالات الإثارة.

قاوم رغباتك

قاوم المتعة الوقتية : أنت آلات فى سن الشباب وأنت تطفح بالحيوية والنشاط وحتى عندما تكبر فإن الرغبات لن تضعف تماما، قد تقل قليلا ولكنها لا تموت بل تبقى معنا طول الحياة.

قال أحدهم بشيء من المخالفة:

إن الشهوة لا تنطفئ إلا بعد الموت بثلاثة أيام !

وقال آخر :

أن الرغبات بئر بلا قرار ولا يمكن إشباعها تماما والحل الوحيد هو التحكم بها وتوجيهها.

ولعل السبب فى هذا يقع فى ثلاث نقاط:

١- إن الشهوات تعطى متعة وقتية فلذلك ونحن نميل إلى تكرارها لأنها لا تستمر طويلا.

٢- إن الفعل الخاطئ إذا تم وبعد ذلك مارسناه مرة أخرى فإنه يفقد الإثارة تدريجيا، فنحن نحتاج إلى إثارة أكبر فى كل مرة وهكذا فإن الرغبات منزلق خطر لأنها تفقد قوتها مما يجعلنا نمارسها.

٣- الفعل إذا تكرر يصبح عادة ويتم ممارسته بدون تفكير ويصعب الإقلاع عنه بدون مجهود.

قاوم الإثارة الخارجية

النظرة - وسائل الأعلام – الأحاديث غير الأخلاقية – الأماكن التى يحدث فيها احتمال اكبر للخطأ – الأشخاص المتسيبون – الأفلام والمجلات الجنسية ...... إلخ كلها وسائل للإثارة تستطيع تجنبها.

إنك إذا ضغطت على ثعبان تحت حجر برجلك ثم تراخيت وتركت له فسوف يخرج ويلدغك، ولكن إذا استمر الضغط فترة كافية سوف تموت الأفعى ويحل الهدوء.

عن المتعة الوقتية لا تنشئ سلام أو سعادة، أو اكتفاء كامل، بل بؤس وملل وشقاء، وشعور مؤلم بالندم والذنب، أما الجهاد وضبط النفس فهو ليس ألماً وشقاء ولكنها حياة غنية. وليس هما قتل لطاقتك بل حفظ لها لئلا تهدر، وتوجيه لها فى المجال السليم. إن ضبط النفس هو الثمن الذى تدفعه لسعادتك.

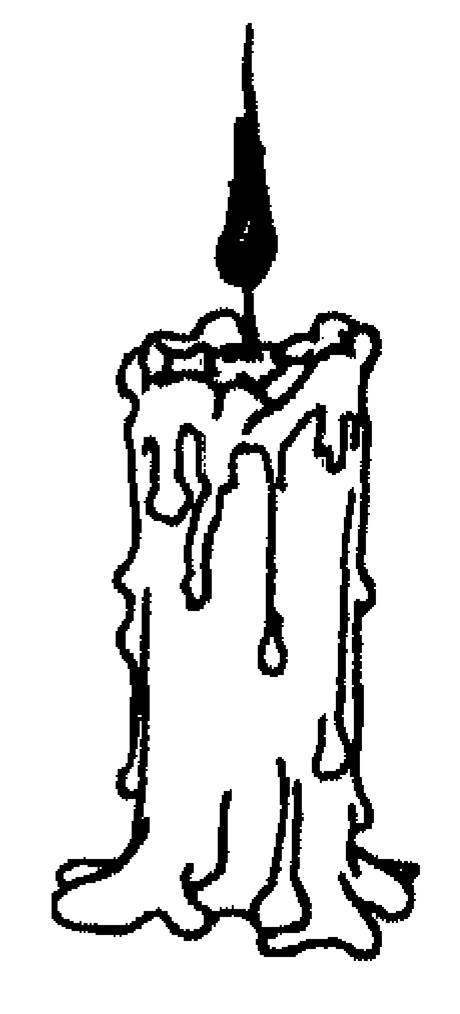
خاتمة



يختم هذا الدرس بترانيم مؤثرة لطلب معونة الله والغفران والطهارة. فالترانيم تؤثر على العاطفة كما تؤثر على العقل، ويمكن إطفاء الأنوار وإضاءة الشموع أو (أنوار خافتة)

والعمق فى الصلاة والتأمل حتى يخرج الشبان والشابات بتأثير لا يمحى بمعونة الله المتاحة دائما حين نطلبها





طهر أجسامنا - قوم أفكارنا - نقى نياتنا

اغفر خطايانا. أمين



"ان لم يكن المسيح قد قام فباطل إيمانكم وباطله هى كرازتنا" (١كو ١٥)



تمهيد

إن القيامة هى دعامة الإيمان المسيحي، وهى الحل الوحيد لمشكلات الإنسان. وحين تواجه الشاب معضلات دينية أو أخلاقية أقوى من قدرته على التحمل، فإن قيامة السيد المسيح من الأموات ستكون له بمثابة سلاح النصرة الاكيد.

وفيما يلى سوف نقدم تحليلاً لبعض المشكلات التى تواجهنا جميعا، والتى قام الرب بحلها بعد قيامته حلا رائعا، وقد واجهت هذه المشكلات تلاميذ المسيح وكادت ان تقضى على إيمانهم، وعلى الديانة المسيحية فى مهدها. ولكن حاشا، فالرب قد قام وكسر شوكة الجحيم والموت وحل أعقد مشكلات الإنسان.

ولا زالت فاعلية هذه الحلول متاحة لك عزيزى القاريء لكى تأخذ منها وتعطى الآخزين بفاعلية وصدق. إن القيامة ليست مجرد ذكرى أم قصه تلاها التاريخ، ولكنه حدث غير مجرى ذلك التاريخ، ورفع الإنسان فوق حافة اليأس والظلام، وأنا له طريق الخلود والخلاص. نحن نسميها القيامه (المجيدة)، وبالفعل فالمجد لله، والمجد سوف يكسو الإنسان بالبهاء والنور، نور القيامة والرجاء.

مقدمة

سوف نطلب من الدراسين تحليل بعض مواقف الضعف التى عانى منها التلاميذ أو المشكلات التى واجهتهم، وكيف حاولوا دون جدوى التخلص منها. ثم سأل كيف كانت القيامة الحل الأمثل لهذه الحفره أو الهوه السحيقة وكيف رفقتهم فوق الضعف والاستكانة بل فوق الذله والمهانه.

- يمكن للدارسين ان يقسموا أنفسهم إلى مجموعات للدراسة والحوار.

- كما يمكن أن يتطوع بعض الافراد لمناقشة كل مشكلة منفردة.

- يبدأ الدارسون بتحليل المشكلات بإستخدان النموذج الاستكشافى الذى نقترحه فيما يلي، ثم يتحدثون عن الحلول التى قدمتها القيامه للمشكلات واحدة فواحدة.

المشكلات التى تحلها القيامة:

ادرس هذه المشكلات واحده فواحده

الشك - اليأس - الخوف - العزلة - الخطية - الموت

مشكلة ( )	الحـــــل
مَن مِن التلاميذ وقع فيها؟ صف شعوره أو شعورهم هل تقع أنت فيها أحيانا؟ أذكر الشواهد الكتابية	هل حاول التلاميذ حلها؟ وكيف؟ هل كان هذا الحل كافياً؟ كيف تحاول أنت حلها إذا وقعت فيها؟ كيف كانت القيامة حلاً لهذه المشكلة؟ هل كان هذا الحل كافياً؟

مرشد للإجابة:

مشكلة الشك ← وقع فيها توما وباقى التلاميذ.

مشكلة اليأس ← المريمات، من يدحرج الحجر.

مشكلة اليأس ← بطرس إنى ذهب لا تصيد.

مشكلة اليأس ← كل التلاميذ.

مشكلة اليأس ← تلميذى عمواس.

مشكلة الخوف ← واجهت مارمرقس فى جسثيمانى وباقى التلاميذ.

مشكلة العزلة ← التلاميذ فى العلية.

مشكلة الخطية ← بطرس - شاول الطرسوسي.

مشكلة الموت ← اللص اليمين - القديسين فى الفردوس - كل البشر.

بطرس



قبل القيامة
انت واحد من
اتباع يسوع الناصري
انا ؟
لست ادري ما تقولين
اللهم
سامحني
بعد القيامة
توبوا وارجعوا
عن خطاياكم

مواضيع للمناقشة والحوار

من الكتاب المقدس - استخرج الآيات وناقش الأهداف

أولاً: سبع خطوات على طريق القيام ↑

الاتجاه إلى مقاومة الخطية (يع ٤:٧)

١- التغلب على الخطية (غل ٥:١٦)

٢- تعود النصر (رومية ٦:١٤) و(١يو ٥:٤، ٥)

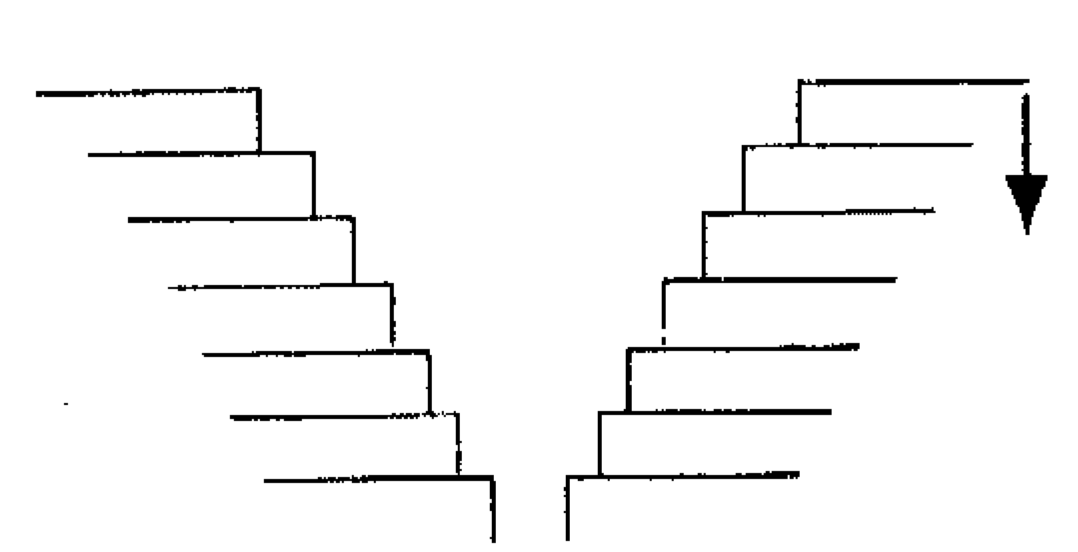
٣- الدخول إلى حياة النصرة (رومية ٨ : ٣٧ وكو ٢: ١٤ وكولوسي٣)

٤- الثقة المتبادلة مع الله (عمق الشركة معه) (١تى ١:٢)، (كو ٤:٢)

٥- العمل على تحرير الآخرين من الخطية (يهوذا ٢٢، ٢٣)

٦- اختبار السماء على الأرض (يهوذا ٢٤، ٢٥ فيلبى ٤: ٦-٧)

ثانياً: سبع خطوات فى طريق الإنحدار ↓



١- العبث مع الخطية (رومية ١٣:١٤)

٢- الخضوع للخطية (رومية ٦:١٣)

٣- خدمة الخطية على سبيل العادة (٢ بط ٢:٨)

٤- انغماسنا فى الخطية (أف ٤:١٩)

٥- يسلمنا الله إلى الخطية وأهواء الهوان (رو ١:٢٤، ٢٦، ٢٨)

٦- تشجيع الآخرين على الخطية (روم ١:٣٢)

٧- اختبار الجحيم على الأرض (يع ٣:٦ واتى ٥:٦)

الفهرس

المحتويات



شباب طاهر - شباب ناضج - شباب منتصر

لقاءات وحوارات من سن ١٤-٢٠ سنة
مع وريقات للدارسين

الموضوعات الشبابية:

الطهاره - الحب - الصداقة - الأسرة - الحوار - الأخرين - الهدف.

الموضوعات النفسية:

الخوف - القلق - الوحدة - التفكير الإيجابى - طور نفسك - تجاوز فشلك - الشعور بالنقص.

الموضوعات الروحية:

الذنب - التوبة والرجاء - كيف أبدا - الغضب - الوقت

الموضوعات العقيدية والكنسية:

التجسد - القيامة - تأملات فى القد...
التناول - الأديان الأخ...



الموضوعات الكتابية:

مسابقة إنجيل يوحنا - فيليبى - ...
تسالونيكى - الموعظة على ...
ظهورات الله فى العهد ال...

تحتوى على ٥٢ موضوعاً

... مكتبة المحبة : ٣٠ شارع شبرا . القاهرة
E-mail : Mahabba5@hotmail...
ت. : وفاكس : ٢٥٧٥٩٢٤٤ (٢٠٢) . ٢٥٧٧٧٤٤٨ (٢٠٢)
تليفون : ٢٥٧٥٨٢٦٢ (٢٠٢) . ٢٥٧٨٢٩٣٢ (٢٠٢)
FINE CO. (202) 24824113